อนุสรณ์

งานพระราชทานเพลิงศพ

พลโท สวัสดิ์ มักการุณ

ม.ว.ม.,ป.ช.,ท.จ.ว.

ณ. เมรุวัดพระศรีมหาธาตุวรมหาวิหาร

วันพุธที่ ๒๘ มกราคม ๒๕๒๙

คำปรารภ

พลโทสวัสดิ์ มักการุณ มีปฏิปทาหลายอย่างที่น่าเลื่อมใสศรัทธาเป็นอย่างยิ่ง

"เมตตาจิต" เป็นคุณธรรมประการหนึ่งที่ท่านมีให้โดยสม่ำเสมอ จนเป็นที่รักและประทับใจของบุคคลทั้งหลาย ไม่เพียงแต่ภรรยา บุตร และ ญาติพี่น้องเท่านั้นที่ชื่นชม แม้ในบุคคลทั่ว ๆ ไป ก็รักและนับถือในน้ำใจของท่าน

อานิสงส์ของเมตตาจิตอย่างสูงนั้น มีอยู่หลายประการ มีอยู่ประการหนึ่งที่สำคัญก็คือ เมื่อผู้ที่มีเมตตาจิตอย่างสูงจะต้องตายจากโลกนี้ไป ก็จะไม่มีอาการ **"หลงตาย"** คือ จะตายแบบ **"มีสติ"** รู้สึกตัวอยู่ แม้กระทั่งวาระสุดท้ายของลมหายใจ

หนังสือเล่มนี้เกิดขึ้นมาได้ ก็เนื่องด้วยเป็นความประสงค์ของ พลโทสวัสดิ์ โดยท่านได้สั่งทายาท ให้จัดทำหนังสืออนุสรณ์งานพระราชทานเพลิงศพของท่านเอง ด้วยความละเอียดละออทุกสิ่งทุกอย่าง ทั้งลายลักษณ์อักษรและทั้งวาจา

แม้หนังสืออนุสรณ์เล่มใหญ่จะมีความหนามาก จนต้องตัดหลายเรื่องออกไป แต่เรื่องที่เกี่ยวข้องกับธรรมะ จนทิ้งไม่ได้เด็ดขาด เพราะจะเป็นการขัดต่อความประสงค์ของท่านผู้วายชนม์อย่างแรง หนังสืออนุสรณ์งานพระราชทานเพลิงศพของ พลโทสวัสดิ์ มักการุณ จึงต้องเพิ่มขึ้นเป็นสองเล่ม เพื่อให้สะดวกในการจัดรูปเล่ม เล่มนี้เป็นเล่มที่สอง

ขอขอบใจ "หลานเล็ก" (พูลศรี เจริญพงษ์) ที่ได้ช่วยเหลือขวนขวายจัดทำให้ทั้งหนังสือและอีกหลายสิ่งหลายประการ ขอขอบคุณอีกหลาย ๆ ท่านที่ช่วยเป็นธุระในการจัดทำหนังสือนี้

พลโทสวัสดิ์ ท่านเคยปรารภเสมอ ๆ ว่า ธรรมะของพระพุทธเจ้า หากบุคคลทั้งหลายได้อ่านได้ฟังแล้ว จะได้นำไปประพฤติปฏิบัติตาม ก็จะทำให้ชีวิตมีความทุกข์น้อยลงและมีความสุขมากขึ้น

แม้เมื่อท่านใกล้จะอำลาจากโลกนี้ไปแล้ว ท่านก็ยังมีเมตตาจิตคิดถึงผู้ที่อยู่เบื้องหลัง

ก็ด้วยอานิสงส์ของเมตตาจิตดังกล่าวแล้ว จึงยังผลให้ท่านมีสติดีมากเหลือเกิน ใครจะพูดอะไร จะทำอะไรให้ จะนำของอะไรมาเยี่ยม เมื่อตอนที่ท่านป่วยหนักมากแล้ว แต่ท่านก็ยังจดจำได้เป็นอย่างดี

ด้วยวัยอันสูงถึง ๗๓ ปีเศษ ด้วยทุกขเวทนาที่กล้าแข็งมาก แต่ความทรงจำของท่านไม่เคยเลอะเลือน จึงอยากจะเชื่อว่า เป็นความอนิสงส์คือ **"ผล"** แห่ง **"เมตตาจิต"** ของท่านนั่นเองที่ช่วยให้ท่านมีจิตมั่นคงอย่างน่าอัศจรรย์

ด้วยความดีทั้งหลายทั้งปวงที่ พลโทสวัสดิ์ มักการุณได้บำเพ็ญไว้แล้ว ขอจงได้เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ท่านได้สงบสุข ณ สัมปรายภพเบื้องหน้านั้นเทอญ.

ละม้าย มักการุณ

สารบาญ

ผู้ทำความดี...ย่อมได้ที่พึ่ง

อันความดีนั้นมีมากมายหลายประการ แม้จำแนกออกก็จะเห็นว่ายากแก่การปฏิบัติ

แต่ถ้ากล่าวรวมเพียงหนึ่ง ก็จะน้อย ดูง่ายแก่การปฏิบัติ

นั่นคือความมี **ใจดี**

ถ้าทำความดีให้มีขึ้นในจิตใจแล้ว ก็จะทำให้อะไรอื่นดีไปด้วยได้

ผู้ฉลาดทั้งหลายจึงเห็นว่า ไม่น่าจะเป็นการเหนื่อยยาก วุ่นวายอย่างใดเลย ที่จะทำความดีให้เกิดขึ้นในใจตนให้หนัก ให้ควรเป็นที่เคารพเชื่อถือได้ของคนดีอื่นทั้งหลาย

ผู้ทำ **ความดี** ก็คือผู้ทำ **กรรมดี** นั่นเอง

อันการทำกรรมนั้น ทุกคนต้องทำอยู่แล้วเป็นประจำ
ไม่มีผู้ใดจะอยู่โดยไม่ทำกรรม ถ้าไม่ทำกรรมดีก็ต้องทำกรรมชั่ว
ถ้าไม่ทำกรรมชั่วก็ต้องทำกรรมดี มีบ้างแต่ก็น้อยมากที่จะทำ
กลาง ๆ คือไม่ดีและไม่ชั่ว

แต่กรรมทางใจนั้น แลเห็นกันไม่ได้ นอกจากตัวเอง

กรรมทางกายทางวาจานั้นที่ผู้อื่นอาจเห็นด้วยได้

อย่างไรก็ตาม กรรมทางกายทางวาจา ทำให้ประมาณได้ว่า "กรรม-ทางใจ" ของผู้นั้นเป็นอย่างไร

เพราะเป็นที่เชื่อกันแล้วว่าคนเรานั้นใจเป็นอย่างไร ก็จะแสดงออกทางกาย ทางวาจาอย่างนั้น

ดังที่พระพุทธองค์ทรงกล่าวไว้ว่า **"ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ"**

เมื่อคนเราจะอยู่เฉยโดยไม่ทำกรรมไม่ได้ และจะทำกรรมพร้อมกันในขณะเดียวหลายอย่างก็ไม่ได้ ผู้ไม่ประมาทจึงควรเชื่อว่า พยายาม "ทำกรรมดี" ไว้ก่อนดีกว่า

เพราะขณะที่ทำกรรมดี จะได้ไม่ทำกรรมชั่ว
แต่ผู้ประมาทอาจคิดว่าเมื่อไม่ได้ทำกรรมชั่วก็ไม่จำเป็นจะต้องทำกรรมดีอื่น

การไม่ได้ทำกรรมชั่วนั้นแหละ คือการทำกรรมดีแล้วการคิดเช่นนี้ เป็นการคิดอย่าง **"ประมาท"** ด้วย อย่างมี **"มิจฉาทิฏฐิ"** คือ **เห็นผิด** ด้วย ซึ่งจะได้รับผลดีไม่ได้

พึงเป็นผู้ไม่ประมาทและทำแต่กรรมดี เพื่อป้องกันไม่ให้ทำกรรมชั่ว

อย่าหลงผิดคิดว่าการไม่ทำกรรมชั่วเท่านั้น เพียงพอแล้ว เป็นความดีที่เพียงพอแล้ว

พระพุทธศาสนาสอนไว้ให้ปฏิบัติ ๓ อย่างให้พร้อม คือ

๑. ไม่ทำบาปทั้งปวง
๒. ทำกุศลให้ถึงพร้อม
๓. ชำระใจให้ผ่องใส

จะเห็นได้ว่า พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงสอนให้ไม่ทำกรรมไม่ดีเท่านั้น แต่ทรงสอนให้ทำกรรมดีทุกอย่างด้วย และขณะเดียวกัน ก็ให้ทำใจให้ผ่องใสด้วย

พระพุทธองค์ทรงมีปัญญาเลิศแล้ว หาผู้เปรียบเสมอมิได้ ทรงเห็นทรงรู้ความจริงทุกอย่างถูกต้องถ่องแท้ และทรงสอนไว้ ด้วยพระมหากรุณาธิคุณเต็มเปี่ยม ทรงมุ่งหวังความสุขพร้อม ให้เกิดแก่สรรพสัตว์ทุกถ้วนหน้า

ผู้ไม่ประมาท ผู้ไม่ปฏิบัติตาม พยายามขัดแย้งต่าง ๆ เช่น แย้งว่าไม่ได้ทำกรรมไม่ดีก็เพียงพอแล้ว ไม่จำเป็นต้องทำดีอะไรอีก เช่นนี้ย่อมไม่อาจรับพระมหากรุณาคุณได้เต็มที่เท่าที่ทรงมีพระเมตตา

มารับพระมหากรุณาคุณของพระองค์กันให้เต็มที่เถิด ไม่จำเป็นต้องเหนื่อยยากอย่างไร เพียงแต่รำลึกถึงที่ทรงสั่งสอนไว้ จำให้ได้ครบทั้ง ๓ และพยายามทำตามให้สุดสติปัญญาความสามารถ อย่าพยายามโต้แย้ง

เพราะการโต้แย้งท่านผู้แจ้งเห็นจริง เช่นพระพุทธเจ้า ไม่เป็นการถูกต้องไปกว่าพระองค์ท่านได้อย่างแน่นอน

ผู้มีปัญญาแท้จริงย่อมรู้ว่า พระพุทธองค์ทรงพระปัญญาล้ำเลิศ ไม่อาจหาผู้ใดเปรียบปานได้

ความดีนั้น คือคิดดี พูดดี ทำดี ทำบุญทำกุศล มีเมตตา-กรุณา มีความกตัญญูกตเวที เป็นต้น

ความไม่ดีก็ตรงกันข้าม คือคิดไม่ดี พูดไม่ดี ทำบาปทำอกุศล ขาดเมตตากรุณา อกตัญญูอกตเวที เป็นต้น

ทำใจให้ผ่องใสก็คือทำใจให้สบาย ไม่ขุ่นมัวด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง

อันความโลภ โกรธ หลงนั้น มีพระพุทธศาสนาสุภาษิต แสดงไว้ว่า **โลภะ โทสะ โมหะ** เกิดจากตัวเอง ย่อมเบียดเบียนผู้มีใจชั่ว **"ดุจขุยไผ่ ฆ่าต้นไผ่ฉะนั้น"** แม้จิตใจขุ่นมัวเมื่อไร ก็ให้รู้ว่าปฏิบัติไม่ครบถ้วนตามที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้แล้ว พึงรีบแก้ไขโดยทันที

ทุกวันนี้มีความวุ่นวายมากกว่าที่เคยเป็นมาแล้วเป็นอันมาก จนถึงกับใคร ๆ ก็เกิดความหวั่นเกรงไม่แน่ใจในชีวิต มากคนกล่าวว่า "เหมือนตกอยู่ในความมืด ไม่เห็นหนทางข้างหน้าไม่รู้ว่าจะเป็นอย่างไรต่อไปอีกแล้ว" นับว่าเป็นความกลัวชีวิต กลัวเหตุการณ์ที่จะต้องผจญต่อไป

เหตุการณ์ที่ไม่มีผู้ใดอาจประมาณได้ว่าจะเป็นอย่างไร ความกลัวเช่นนี้จะไม่เกิดขึ้นจนเกินไป กับผู้ทำ "กรรมดี" เพียงพอจนมั่นใจในความดีของตนเพียงพอแล้ว

เพราะผู้ทำความดีเพียงพอจนมั่นใจในความดีของตน ย่อมเป็นผู้ที่เชื่อว่าความดีคุ้มครองรักษาได้จริง และความดีก็คุ้มครองรักษาผู้ประพฤติดีจริง ให้เป็นไปแบบที่ท่านว่า "ตกน้ำไม่ไหล ตกไฟไม่ไหม้ได้จริง"

เปรียบให้พอจะได้ไม่ยากนักก็เช่น **ความดีหรือบุญกุศล เปรียบเหมือนแสงสว่าง** ผู้ที่ทำดีทำบุญทำกุศลอยู่สม่ำเสมอเพียงพอ แม้จะเหมือนไม่ได้รับผลของความดีแต่สำหรับบางครั้ง ก็เหมือนทำดีได้ชั่วเสียด้วยซ้ำ

เช่นนี้ก็เหมือนมีแสงไฟในท่ามกลางความสว่างยามกลางวัน ย่อมไม่รู้สึกประโยชน์จากแสงสว่างนั้น แต่ถ้าตกค่ำคืนมีความมืดมาบดบัง แสงสว่างนั้นย่อมปรากฏขจัดความมืดให้สิ้นไป สามารถแลเห็นอะไร ๆ ได้ เห็นอันตรายที่อาจมีอยู่ได้ จึงย่อมสามารถหลีกพ้นอันตรายเสียได้

ส่วนผู้ที่ไม่มีแสงสว่างอยู่กับตน เมื่อถึงยามค่ำคืน มีความมืดมิดย่อมไม่อาจขจัดความมืดได้ ไม่อาจเห็นภัยอันตรายทั้งหลายได้ ไม่อาจหลีกพ้นภัยอันตรายนั้น ๆ ได้

ผู้ทำความดี เหมือนผู้มีแสงสว่างอยู่กับตัว ไปถึงที่มืดคือที่คับขันย่อมสามารถดำรงตนอยู่ได้ด้วยดี พอสมควรกับความดีที่ทำไว้

ตรงกันข้ามกับผู้ที่ไม่ได้ทำความดีไว้ ซึ่งเปรียบเสมือนผู้ไม่มีแสงสว่างอยู่กับตัว ขณะยังอยู่ในที่สว่างอยู่ในความสว่าง ก็ไม่ได้รับความเดือดร้อน แต่เมื่อใด

ตกไปอยู่ในที่มืด คือที่คับขันย่อมไม่สามารถดำรงตนอยู่ได้อย่างสวัสดี ภัยอันตรายถึง ก็ไม่รู้ไม่เห็นไม่อาจหลีกพ้น

คนทำดีไว้เสมอ กับคนไม่ได้ทำความดีแตกต่างกัน เช่นนี้ประการหนึ่ง

ฉะนั้นถ้ารู้สึกกลัวชีวิต กลัวอนาคต รู้สึกว่าอะไร ๆ มืดมนกว่าเคย จนเกิดวิตกกังวล ก็พึงนึกถึงความจริงที่กล่าวมานี้ และเร่งหาแสงสว่างไว้กับตนให้มาก ๆ ให้เป็นแสงสว่างมากเพียงไร ก็จะขจัดความมืด พาชีวิตให้สว่างรุ่งโรจน์ได้เพียงนั้น

อันตรายจะไม่ใกล้กราย ความรอดพ้นจะเกิดได้อย่างเป็นอัศจรรย์ ไม่ว่าจะบังเอิญต้องตกไปในที่ ๆ เต็มไปด้วยภยันตรายมากมายเพียงไหน

ผู้ที่มั่นใจในความดีของตนพอสมควรแล้ว ก็อย่าเพียงพอในการทำดี

การทำดีต้องไม่มีวันพอ
ต้องทำให้ยิ่งขึ้นอยู่เสมอ

เพราะไม่มีผู้ใด อาจประมาณได้ว่า เมื่อใดจะตกไปในที่มืดมิดเพียงไหน ต้องการแสงสว่างที่สว่างจัดเพียงใด ถ้าไม่ตกเข้าไปในที่มืดมิดมากมายนัก มีแสงสว่างมากไว้ก่อน ก็ไม่ขาดทุน

การมีแสงสว่างมาก จะช่วยให้ไม่ขาดทุน ไม่เสียหาย แต่ถ้าตกเข้าไปในที่มืดมิดมากมาย แสงสว่างน้อยไม่เพียงพอจะให้เห็นอะไร ๆ ได้ถนัดชัดเจน การมีแสงสว่างมาก จะช่วยให้ไม่ขาดทุน จะช่วยให้รอดพ้นจากการสะดุดหกล้มลงเหวลงห้วย หรือตกเป็นเหยื่อของสัตว์ร้าย จนถึงเป็นถึงตาย

ผู้ใดมีความหวั่นวิตกมากในทุกวันนี้ ขอให้เตือนตนเองให้มากว่า ยังทำความดีไม่เพียงพอจะให้เกิดความมั่นใจ ในความสวัสดีของตน

อานุภาพของความดี หรือของบุญกุศลของกุศลกรรมนั้นเป็นอัศจรรย์จริง เชื่อไว้ดีกว่าไม่เชื่อ และเมื่อเชื่อแล้ว ก็ให้พากันแสวงหาอานุภาพของความดี ของบุญกุศลให้เห็นความอัศจรรย์ด้วยตนเอง

การกระทำความดีให้เกิดในใจตนนั้นก่อนอื่นต้องเข้าใจว่ามีสิ่งหนึ่งที่เป็นอุปสรรคสำคัญ สำหรับการจะทำความดี อุปสรรคนั้นเรียกว่า "กิเลส"

กิเลสเป็นเครื่องเศร้าหมองของใจ ใจที่เศร้าหมองเป็นใจที่ดียาก เพราะความเศร้าหมองนั้นเรียกอีกอย่างหนึ่งก็คือ **ความสกปรก** นั่นเอง

สิ่งใดสกปรกสิ่งนั้นไม่ดี ความมีใจสกปรกใจก็ไม่มีความดี เมื่อจะทำความดีให้เกิดขึ้นในใจให้เป็นใจที่ดี ก็จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องขจัดความสกปรกออกไปให้หมดสิ้น

ความสกปรกลดน้อยลงเพียงใด ความดีก็มีโอกาสที่จะแทรกตัวเข้าไปแทนที่ในจิตใจเพียงนั้น

เรื่องกิเลสหรือความสกปรก ความเศร้าหมอง กับเรื่องความดีความสะอาดของใจนั้น วิ่งไล่กันเหมือนเล่นลิงชิงหลักนั่นเอง

ถ้ากิเลสหลุดพ้นไปจากหลักคือใจ ความดีก็ไปยึดหลักอยู่ได้

ฉะนั้นถ้าเปรียบใจเป็นหลัก กิเลสกับความดีเป็นลิงกิเลสกับความดีก็ต้องชิงไหวชิงพริบกันอย่างชุลมุน

ถ้าแย่งหลักจากกิเลสได้ ความดีก็ได้ครองหลัก คือ ครองใจ

ฉะนั้นถ้าจะอยู่เฉย โดยไม่ออกแรงวิ่ง พร้อมกับใช้ไหวพริบ ในการชิงหลักแล้วย่อมยากที่จะเอาชนะกิเลสได้

เพราะกิเลสนั้น มีความคุ้นเคยกับหัวใจ คือหลักเป็นอย่างดี ชำนาญทางหนีทีไล่เป็นอย่างมาก อาจเกาะหลักไว้ได้แน่นหนามั่นคง แม้บางทีจะหลุดจากหลักไปบ้าง ก็ยังมีทางย้อนกลับไปเกาะหลักได้อีก

ผู้มีปัญญาจึงควรสำนึกในความจริงนี้ และพยายามชิงหัวใจให้เป็นที่อยู่ที่เกาะของความดี เอาชนะกิเลส ความสกปรกเศร้าหมองให้ได้

กิเลสความเศร้าหมองหรือบาป อกุศลเป็นสิ่งควรเว้น ดังพุทธภาษิตบทอุเทศที่กล่าวไว้เบื้องต้น แปลความว่า “ควรงดเว้นบาปเสียเหมือนพ่อค้ามีพวกน้อย มีทรัพย์มาก เว้นหนทางอันมีภัย และเหมือนผู้รักชีวิตเว้นยาพิษเสียฉะนั้น”

กำไรชีวิต

พระพุทธองค์ทรงสอนนิกรสัตว์
ว่า "ลูกเอ๋ยจงแจ้งชัดซึ่งสังขาร
เมื่ออุบัติเกิดมาแล้วไม่ยืนนาน
ต้องล่วงลับวายปราณทุกคนไป"

จึงควรจักกอปรกรรมดีไว้เป็นนิตย์
รู้เท่าทันต่อชีวิตไม่หลงใหล
จะมีสุขเป็นผล "เป็นกำไร"
แม้เมื่อต้องตายไปไม่ลำเค็ญ

มีแต่คนแซ่ซ้องมิรู้จบ
หากเกิดใหม่สัมปรายภพก็พอเห็น
ว่าจะต้องได้ดีไม่ยากเย็น
จึงขอเน้นว่า "ความดี" นี้น่าทำ

พูลศรี เจริญพงษ์

แนวทางแห่งความสุข

คนที่มีโทสะเป็นเจ้าเรือน และกัมมัฏฐานสำหรับแก้ที่พระอาจารย์ได้แนะนำไว้ คือ **พรหมวิหาร ๔** และ **วัณณกสิณ ๔** ในวันนี้จะได้แสดงเรื่องนี้ต่อไปอีก

อันกัมมัฏฐานสำหรับแก้นั้น พิจารณาดูว่าทำไมท่านจึงกำหนดกัมมัฏฐานดังกล่าว ก็จะเห็นได้ตามเค้าอธิบายของท่านว่า

คนที่โทสะจริตนั้นมีปกติ โกรธง่าย
เมื่อเห็นอะไรขวางตา
ได้ยินอะไรขวางหู

ฉะนั้นจึงต้องการสิ่งแก้ที่เป็นความเรียบร้อย ไม่มีอะไรที่จะขัดขวางลูกตา ท่านจึงกำหนดกัมมัฏฐานที่เป็นทางพิจารณาทำให้จิตใจไม่ขัดข้อง แต่ว่าให้นิ่มนวล

พรหมวิหาร ๔ ย่อมมีลักษณะอย่างนั้น

และถ้าว่าจะใช้วัณณกสิณทั้ง ๔ อันเกี่ยวด้วยสีก็เป็นสีที่ทำให้จิตใจอ่อนโยนลงได้ ท่านจึงกำหนดวัณณกสิณ นี้เป็นข้อแนะนำของพระอาจารย์

ส่วนที่เป็นพุทธสุภาษิต ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสแนะนำไว้ สำหรับข้อโทสะ ได้ตรัสแสดงให้ใช้ **เจโตวิมุติ** และ **โยนิโสมนสิการ**

เจโตวิมุติ นั้น ก็หมายถึงพรหมวิหารธรรมทั้ง ๔ นั้นแหละ

เมตตา ก็เรียกว่า **เมตตาเจโตวิมุติ**
กรุณา ก็เรียกว่า **กรุณาเจโตวิมุติ**
มุทิตา ก็เรียกว่า **มุทิตาเจโตวิมุติ**
อุเบกขา ก็เรียกว่า **อุเบกขาเจโตวิมุติ**

คือเมื่ออบรมเมตตา คิดแผ่ใจออกไปโดยเจาะจงหรือโดยไม่เจาะจง ให้มีความสุข ไม่มีทุกข์เป็นเครื่องเบียดเบียนไม่มีภัยไม่มีเวร รักษาตนให้สวัสดี จิต-ก็จะพ้นจากโทสะพยาบาทได้

ความที่จิตพ้นจาก โทสะพยาบาท ได้นี้เรียกว่า **เจโตวิมุติ**

เมื่อพ้นได้ด้วยอาศัย **เมตตา** ก็เรียกว่า **เมตตาเจโตวิมุติ**

แม้ข้ออื่นก็เช่นเดียวกัน **โยนิโสมนสิการ** การทำไว้ในใจโดยแยบคาย ก็หมายถึงการใช้ปัญญาพิจารณา เรื่องโยนิโสมนสิการนี้ ได้ตรัสสอนให้ใช้สำหรับแก้ **นิวรณ์** หรือเรียกที่นี้ว่า **จริต** ทุกข้อ

ข้อ ๑ ตรัสสอนให้พิจารณาโดยแยบคาย ซึ่งเป็นการใช้ปัญญานี้ จะพิจารณาอย่างไรสำหรับในการที่จะแก้โทสะ

ได้มีพุทธภาษิตตรัสแนะนำไว้ให้พิจารณาในที่แห่งหนึ่งโดยความว่า โทษ ๗ ประการ ที่บุคคลผู้เป็นศัตรูกันปรารถนาให้คนที่เป็นศัตรูกัน มีผิวพรรณเศร้าหมอง

อันคนที่มักโกรธง่ายนั้น ก็ย่อมจะเป็นผู้มีผิวพรรณอันเศร้าหมอง

คือ คนที่เป็นศัตรูกันนั้นย่อมปรารถนาให้คนที่เป็นศัตรูกัน มีผิวพรรณเศร้าหมอง

อันคนที่มักโกรธง่ายนั้น ก็ย่อมจะเป็นผู้มีผิวพรรณอันเศร้าหมอง

แม้ว่าจะได้อาบน้ำชำระกาย นุ่งห่มด้วยห่มผ้าที่สะอาดงดงาม

แต่เมื่อความโกรธเกิดขึ้นมาก็ย่อมสิ้นความงดงามไปเสียทั้งหมด ผิวพรรณของหน้าตาเป็นต้นก็ไม่งดงาม

ฉะนั้น ความโกรธจึงเท่ากับเป็นศัตรูนั่นเอง
เรียกว่าไม่มีความสุขในอิริยาบถทั้ง ๔
จะยืน เดิน นั่ง นอนก็ไม่มีความสุขทั้งนั้น

ข้อ ๒ อันคนที่เป็นศัตรูกัน ย่อมปรารถนาให้คนที่เป็นศัตรูกันนั้น นอนเป็นทุกข์ ปราศจากความสุข คนที่เป็นคนมักโกรธก็จะต้องเป็นเช่นนั้น คือจะต้องนอนเป็นทุกข์ด้วยอำนาจของความโกรธที่บังเกิดขึ้นครอบงำใจทำให้นอนไม่หลับกินไม่ได้

เรียกว่าไม่มีความสุขในอิริยาบถทั้ง ๔ จะยืน เดิน นั่ง นอน ก็ไม่มีความสุขทั้งนั้น

ความโกรธจึงเท่ากับเป็นศัตรู

ข้อ ๓ อันคนที่เป็นศัตรูกันนั้น ย่อมปรารถนาให้คนที่เป็นศัตรูกัน ไม่บรรลุประโยชน์เป็นอันมาก คนที่เป็นคนมักโกรธ ก็ย่อมไม่บรรลุประโยชน์เป็นอันมาก

เพราะเมื่อความโกรธบังเกิดขึ้นครอบงำใจ ก็ย่อมจะทำให้ ถือเอาสิ่งที่เป็นประโยชน์ว่าไม่ใช่ประโยชน์

ถือเอาสิ่งที่ไม่ใช่ประโยชน์ว่าเป็นประโยชน์
เมื่อเป็นดังนี้ แทนที่จะได้รับประโยชน์ก็ย่อมไม่ได้รับ

ความโกรธจึงเท่ากับเป็นศัตรู

ข้อ ๔ อันคนที่เป็นศัตรูกันนั้น ย่อมปรารถนา ให้คนที่เป็นศัตรูกัน ไม่มีโภคะ คือไม่มีทรัพย์ คนที่เป็นมักโกรธก็ย่อมจะเป็นผู้ไม่มีทรัพย์ เพราะว่าเมื่อได้ทรัพย์มา แม้ด้วยการทำงานเหนื่อยยากเป็นอันมาก

แต่เมื่อโกรธเกิดขึ้นมาแล้ว ก็จะต้องเสื่อมจากทรัพย์นั้น.

บางทีก็ทำลายทรัพย์ของตนเสียเอง ด้านการทิ้งขว้างสิ่งของอะไรให้เสียหาย คล้ายกับว่าทำลายใครที่เป็นบุคคลไม่ได้ ก็ทำลายทรัพย์แทน

หรือถ้าไปทำร้ายบุคคลเข้าก็จะต้องรับโทษต้องเสียทรัพย์

ความโกรธจึงเท่ากับเป็นศัตรู

ข้อ ๕ อันคนที่เป็นศัตรูกันนั้น ย่อมปรารถนาให้คนที่เป็นศัตรูกัน เป็นผู้ไม่มียศ คนที่เป็นผู้มักโกรธ ก็ย่อมเป็นผู้ไม่มียศ เพราะว่าอันยศนั้น จะเป็น **อิสริยยศ** ยศคือความเป็นใหญ่ก็ตาม **เกียรติยศ** ยศคือเกียรติก็ตาม **ปริวารยศ** ยศคือ การเป็นผู้มีบริวารแวดล้อมก็ตาม ย่อมได้มาและตั้งอยู่ได้ด้วยความไม่ประมาท คือ ไม่มัวเมาเลินเล่อเผลอเพลิน มีสติพร้อมทั้งปัญญา ในอันปฏิบัติตนให้สมควร ให้เหมาะสมแก่ยศนั้น

แต่ครั้นเกิดโกรธขึ้นมา ลุอำนาจของความโกรธย่อมจะทำย่อมจะพูด อันเป็นการทำลายความเป็นใหญ่ทำลายเกียรติทำลายบริวาร อันเป็นตัวยศของตัวเอง

แม้ว่าเขาจะไม่กล้าแสดงออกมา แต่ในใจของเขาก็จะทำให้หมดความนับถือ

เมื่อใจหมดความนับถือ ผู้ที่มียศนั้นก็เท่ากับว่าไม่มียศเพราะว่าคนทั้งหลายเขาหมดความนับถือ

แม้ว่าเขาจะแสดงกิริยานอบน้อม ก็เป็นแต่เพียงภายนอกด้วยความจำเป็น เขาไม่ได้แสดงด้วยความนับถือ

จึงเท่ากับว่าเป็นผู้ที่ไม่มียศ

ฉะนั้น เมื่อโกรธขึ้นมาและแสดงอาการที่โกรธขึ้นออกมาเมื่อใด ก็ลดยศของตนเองลงไปเมื่อนั้นทุกที

ยิ่งโกรธมาก วาจาที่แสดงออกมา ก็หยาบมาก ดุมาก เสียดแทงใจผู้อื่นมาก กิริยาทางกายที่แสดงออกมาก็แข็งกร้าวดุร้าย คนทั้งหลายก็ถอยความนับถือ ยศที่มีอยู่นั้น ก็เสื่อมไปจากความนับถือของคน



ฉะนั้นความโกรธจึงเท่ากับเป็นศัตรู

ข้อ ๖ อันคนที่เป็นศัตรูกันนั้น ย่อมปรารถนาให้คนที่เป็นศัตรูกัน ไม่มีมิตร ไม่มีญาติ ที่ท่านแสดงไว้เต็มคำก็คือไม่มีมิตร ไม่มีอำมาตย์ ไม่มีญาติสาโลหิต อันคนที่โกรธนั้นก็เป็นผู้ทำลายญาติอำมาตย์เป็นผู้ทำลายมิตร อำมาตย์ เป็นผู้ทำลายญาติสาโลหิต

เพราะว่า เมื่อเกิดความโกรธขึ้นมาแล้ว ย่อมไม่มีการนับถือว่าเป็นญาติสาโลหิต ไม่มีการนับถือว่าเป็นมิตรสหายเป็นอำมาตย์ แต่ย่อมจะดุร้าย รุกรานทำลาย

เมื่อเป็นดังนี้ มิตรอำมาตย์ญาติสาโลหิตทั้งหลายก็ต้องถอย จนถึงหมดความถือ ว่าเป็นมิตรกันว่าเป็นมิตรกันเป็นญาติกัน ดังนี้ก็มี

เพราะฉะนั้น โกรธเมื่อใด ก็เป็นการทำลายความเป็นมิตร ทำลายความเป็นญาติเมื่อนั้น

ความโกรธจึงเท่ากับเป็นศัตรู

ข้อ ๗ อันคนที่เป็นศัตรูกันนั้น ย่อมปรารถนาให้คนที่เป็นศัตรูกัน ตายไปไม่ดี เช่น แช่งให้ไปตกนรก อันคนที่โกรธนั้น เมื่อโกรธขึ้นมาแล้ว และลุอำนาจของความโกรธ ย่อมประพฤติ **กายทุจริต** ทุจริตทางกายก็ได้

วจีทุจริต ทุกจริตทางวาจาก็ได้
มโนทุจริต ทุจริตทางใจก็ได้ ฉะนั้น

เมื่อต้องถูกลงโทษ เพราะประพฤติผิดกฎหมายของบ้านเมือง เช่นว่าต้องถูกจำคุก เพราะอำนาจของทุจริตนั้น อันเกิดจากความโกรธก็เท่ากับว่าตกนรกในปัจจุบัน

และในขณะที่ตายถ้าจิตใจประกอบด้วยความโกรธก็เป็นจิตที่เศร้าหมอง ต้องไปสู่ **ทุคติ** คือ คติที่ชั่ว และทุจริตที่กระทำไว้ด้วยอำนาจของความโกรธนั้น ก็ย่อมนำไปสู่คติคือคติที่ชั่วถือว่าไปไม่ดี จิตไม่บริสุทธิ์ ไม่ผ่องใส เป็นจิตที่เศร้าหมอง

ฉะนั้น ความโกรธจึงเท่ากับเป็นศัตรู

ทั้ง ๗ ประการนี้เป็นโทษของความโกรธที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้ให้พิจารณา โดยยกเอาว่าศัตรู ย่อมปรารถนาให้คนได้เป็นศัตรูกันเป็นดังนี้

และคนที่เป็นคนมักโกรธนั้นก็เท่ากับว่าตนเอง นั่นแหละเป็นศัตรูของตนเอง เพราะว่า จะทำให้เกิดโทษแก่ตนเอง ทั้ง ๗ ประการนี้

ควรพิจารณาดังนี้ เป็นโยนิโสมนสิการ การทำไว้ในใจโดยแยบคาย ก็เป็นเครื่องป้องกันความโกรธ แก้ความโกรธระงับความโกรธได้ประการหนึ่ง

อันการพิจารณาเพื่อดับความโกรธนั้น ทุกคนอาจพิจารณาได้ด้วยวิธีเป็นอันมาก เช่นเดียวกับ ความโกรธที่บังเกิดขึ้นก็ต้องอาศัย ความคิดปรุงหรือความปรุงคิดเหมือนกัน

คือเมื่อปรุงคิดไปในทางโกรธก็โกรธ
หากว่าปรุงคิดไปในทางตรงกันข้ามก็จะไม่โกรธ
หรือโกรธขึ้นบ้างก็จะดับความโกรธได้

เพราะว่าความโกรธนั้น ต้องประกอบด้วยอารมณ์ที่ประสบ
คืออารมณ์อันเป็นที่ตั้งของความโกรธ
อันเรียกว่า **ปฏิฆนิมิต**
คือว่าเครื่องกำหนดหมายแห่งความระทมใจ
เป็นรูปก็ได้
เป็นเสียงก็ได้
เป็นกลิ่นก็ได้
เป็นรสก็ได้
เป็นสิ่งที่กายถูกต้องก็ได้
เป็นเรื่องในใจที่คิดขึ้นมาเองก็ได้

คราวนี้เมื่อใจไปรับเอาเรื่องเช่นนั้นเข้ามา แล้วก็ปรุงใจเข้าในด้านกระทบกระทั่ง อันเป็นชนวนของความโกรธ ความโกรธก็บังเกิดขึ้น

แต่เกิดขึ้นน้อยก่อน
แล้วก็ปรุงขึ้นอีก
โกรธก็มากขึ้น ๆ

เหมือนอย่างทีแรก ก่อไฟกองเล็กขึ้นมาก่อน หรือว่าจุดไม้ขีดขึ้นมาก้านเดียวก่อน ไฟก็ลุกแค่หัวไม้ขีดก้านเดียวนั้นเท่านั้น

แล้วก็นำไปจุดเข้ากับเชื้อไฟอื่น ๆ ไปกองโตขึ้น ๆ สุดแต่ว่าเชื้อนั้นจะมากน้อยเพียงใด

ความโกรธก็ฉันนั้น ทีแรกก็จุดขึ้นมาเท่ากับไฟที่หัวไม้ขีดเท่านั้น แล้วก็ไปต่อเชื้อ ที่ใจไปปรุง ซึ่งปรุงเป็นอย่างโน้นเป็นอย่างนี้ ไฟก็กองโตขึ้น ๆ ความโกรธก็มากขึ้น ๆ

นี้คือความปรุงนั่นเองตั้งแต่ต้นมาทีเดียว

ถ้าหากว่ามีโยนิโสมนสิการที่เพียงพอ ปรากฏเป็นตัวสติ ตัวปัญญา ไม้ขีดซึ่งเป็นการก่อไฟขึ้นทีแรก โทสะก็จะไม่เกิดเลย

คือให้ไม้ขีดกับข้างไม้ขีดอย่าไปขีดกันเข้า อย่าไปกระทบกันเข้า **สติ** นี่แหละแยกได้

สมมุติว่าสติเกิดไม่ทัน
ไม้ขีดกับข้างไม้ขีดไปกระทบกันเข้า
คือว่าไปขีดกันเข้าเกิดเป็นไฟขึ้นมา
ก็แค่หัวไม้ขีด

ถ้าหากว่าไม่ไปต่อเติม
ปล่อยให้ไฟที่หัวไม้ขีดนั้นดับไปเอง
เดี๋ยวเดียวก้านไม้ขีดอันนิดเดียวก็หมดแล้ว

ก็เท่ากับว่าเกิดโทสะขึ้นมานิดหนึ่งแล้วก็ดับไปได้

ไม่ไปก่อเชื้อขึ้นมาให้มากมาย นี่ก็ต้องอาศัย **โยนิโสมนสิการ** อีกเหมือนกันที่เป็นตัวสติปัญญาที่คอยควบคุมใจ

คราวนี้ถ้าหากว่าได้อาศัยน้ำมาช่วยดับเข้าไปอีก ตั้งต้นแต่ว่าเอาน้ำมาคอยพรมที่หัวไม้ขีดกับข้างไม้ขีด

หัวไม้ขีดข้างไม้ขีด ถ้าหากว่าชุ่มด้วยน้ำแล้ว เอาไปขีดเข้าก็ไม่ติด
และแม้ว่าจะติดขึ้นมา หากมีน้ำมาคอยพรมคอยดับน้ำที่มีกำลังมากกว่าก็ดับได้
นี่ก็คือ **เมตตา** เป็นต้นนั่นเอง

และทางที่จะแผ่เมตตา อบรมเมตตาให้บังเกิดขึ้นนั้นก็ไม่ยาก ก็ต้องอาศัยความปรุงอีกเหมือนกัน ปรุงคิดให้ถูกแล้วละก็จะก่อเมตตาขึ้นมาได้ไม่ยาก

โดยคิดว่าทุก ๆ คนเรานี้ สภาวะทุกข์ที่ประสบกันอยู่ก็มากมายแล้วคือว่า เกิดมาก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ต้องแบกทุกข์ที่เป็นสภาวะทุกข์ คือ แก่ เจ็บ ตาย กันไว้อย่างเต็มที่แล้ว ไม่ต้องไปทำอะไรก็ต้องแก่ไปเอง เจ็บไปเอง ตายไปเอง

คราวนี้ยังมีทุกข์เพราะกิเลสกันอีกคิดว่า **โลภ โกรธ หลง** ก็เป็น **ไฟ** ที่เผาใจทุก ๆ คนให้เร่าร้อนกันอย่างเต็มที่แล้ว ใครไม่ต้องไปเผา **กิเลส** ที่บังเกิดขึ้นในใจของแต่ละคนนี้ ก็เผาใจตนเองอยู่เต็มที่แล้ว

เพราะฉะนั้นทุก ๆ คนจึงต้องเป็นทุกข์กันอยู่ เพราะสภาวะทุกข์ ทุกข์ตามสภาพ และทุกข์เพราะกิเลสเต็มแปร้กันอยู่ไม่ต้องไปเสริมให้กันก็ทุกข์มากอยู่แล้ว

และเมื่อจะเกิดความโกรธ คิดเสริมให้แก่กันนั้น อันที่จริงก็หลงไปว่าไปสร้างให้แก่คนอื่น แต่ความจริงนั้นเป็นการสร้างความทุกข์ให้แก่ตนเองต่างหาก

เพราะว่าเมื่อเกิดขึ้นมาแล้วก็เป็นไฟที่เผาลนกายและใจตนเองให้เร่าร้อนให้เกิดโทษ เหมือนอย่างที่ศัตรูปรารถนาทั้ง ๗ ประการ

ตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน ตัวเองนี่แหละจึงต้องรับทุกข์เพราะโทสะก่อนใครหมด

และเมื่อไปทำร้ายใครเขาเข้าเพราะโทสะ ก็เป็นบาป เป็นอกุศลส่งผลให้ตนเองต้องเป็นทุกข์อีก ทั้งในปัจจุบันทั้งในภายภาคหน้า

หมั่นพิจารณาในทางดับอย่างนี้แล้ว จะดับโทสะได้ และจะเกิดเมตตาขึ้น เกิดกรุณาขึ้นในตนเอง ในสัตว์ทั้งหลาย ซึ่งต่างเป็นเพื่อนทุกข์ต้องเกิดแก่เจ็บตายด้วยกันหมดทั้งสิ้น ก็จะเกิดความเมตตากรุณาขึ้นในกันและกัน

เพราะว่าน่าสงสารด้วยกันทั้งนั้น ไม่มีใครที่ไม่น่าสงสาร ไม่น่าเมตตา ไม่น่ากรุณา

นี่เป็นโยนิโสมนสิการทุก ๆ คนสามารถจะคิดได้

ลดความโกรธดีกว่าทำให้สุข

เมื่อจิตโกรธควรเห็นว่าเป็นทุกข์
ทำลายสุขนี้ไซร้ไปทุกอย่าง
หวั่นไหวใจกายไม่วายวาง
ผู้คนเมินเหินห่างหลีกทางไป

ลดความโกรธดีกว่าพาให้สุข
จะนั่งลุกกิริยาน่าเลื่อมใส
ดูเยือกเย็นและสงบเพราะเบาใจ
ผู้คนอยากเข้าใกล้ไม่เว้นเลย

พูลศรี เจริญพงษ์

เหตุให้อายุยืน

ขอเจริญสุขท่านผู้มีจิตศรัทธาทั้งหลาย

การบรรยายพระไตรปิฎกในวันนี้ จะได้นำเรื่องใน **พระสุตตันปิฎก อังคุตรนิกาย ปัญจกนิบาต** ซึ่งท่านทั้งหลายที่อยู่ในที่นี้ เรามีความรู้สึกตรงกันอยู่อย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกของสัตว์โลกทั่ว ๆ ไป ที่เกิดมาในโลกปัจจุบัน ความรู้สึกดังกล่าวนี้ก็คือความรู้สึก **กลัวตาย**

ไม่มีใครที่ไม่กลัวกาย ยิ่งคนที่รู้ว่าตัวเองจะต้องตาย เวลานั้นเวลานี้ด้วยแล้วนี่ยิ่งกลัวมากขึ้น

ที่คุกบางขวางแดนประหารนักโทษ อาตมาเคยไปเยี่ยมไปอบรมนักโทษที่นั่นไปมาแล้วทุกแดน แล้วก็ไปเยี่ยมที่เขาประหารชีวิต ไปดูว่าเขาประหารกันอย่างไร

ทางที่จะเข้าสู่แดนประหารมีรูปยมบาลตัวเบ้อเริ่ม เขาปั้นด้วยปูนไว้หน้าตาน่ากลัว

โจรร้าย ๆ ที่ก่ออาชญากรรมข่มขืนแล้วฆ่าหรือทำร้ายร่างกายบุคคลอื่นในทางที่โหดร้าย ที่เรำเรียกกันว่า **เสือร้ายใจอำมหิต**ก็ดี เมื่อคดีถึงที่สุดทางศาลตัดสินลงโทษประหารชีวิตแล้วนี่เจ้าหน้าที่จะต้องไปจัดทำพิธีประหารที่นั่น

เจ้าหน้าที่เล่าให้ฟังว่าเหล่านักโทษนั้นต่อให้ใจแข็งแค่ไหนก็ตาม พอถึงทางที่จะไปสู่แดนประหารนี่เข่าอ่อนกันทุกคน เดินไม่ไหว

เขาก็มีรถชนิดหนึ่งคือ **รถเข็นขยะ** ให้นั่งรถเข็นไป เพราะเดินไม่ไหวกันแล้ว หมดแรงแล้ว พอเห็นหน้า **ยมบาล** ก็หมดแรงแล้ว ก็ต้องเข็นกันไปสู่หลักประหาร แล้วเจ้าหน้าที่เขาก็ประกอบพิธีกรรมประหารชีวิต

นี่แสดงให้เห็นว่าคนเรานี่ต่อให้ใจคอเหี้ยมโหดอย่างไรก็ตาม พอความตายมาถึงแล้วก็กลัวกันทั้งนั้น

หลาย ๆ ท่านกลัวตาย อยากจะอยู่ในโลกนี้นาน ๆ

เราให้ศีลให้พรกัน เราก็มักจะเอาอายุขึ้นหน้าก่อน พระท่านก็ให้อายุ

เช่นเมื่อเราไปกราบพระ ท่านก็บอกว่า **อายุ วัณโณ สุขัง พลัง** ให้มีอายุยืน ๆ มีวรรณะผุดผ่อง มีความสุข มีกำลังวังชาแข็งแรงดี ท่านก็จะให้ศีลให้พรอย่างนี้

เรื่องอายุเราต้องการกันมากกว่าอะไรทั้งหมด ยิ่งคนที่มีห่วงมีใยอะไรมาก ๆ ก็อยากได้อายุ แล้วเราก็พยายามต่ออายุกัน

ไปโรงพยาบาลเราจะเห็นได้ชัดเจน ชนิดที่อายุจะหมดแล้วนี่ยังก็ไม่อยากตายหมอจะเจาะจมูก จะไชจมูก เจาะคออย่างไรก็ยอม เพื่อไม่ให้ตาย

บ้างก็ปั๊มหัวใจ ใส่อ๊อกซิเยนเข้าไปเพื่อหล่อเลี้ยงชีวิตไว้
แสดงให้เห็นว่าเรื่องความตายนี่เราไม่ต้องการ
แต่ทุกคนก็หนีความตายกันไม่พ้น
ผลสุดท้ายเราก็ต้องตายเหมือนกัน

ฉะนั้นความตายเป็นที่สุดของชีวิต หลาย ๆ คนก็พยายามที่จะเอาชนะความตาย ต่อสู้ความตาย

นอกจาก **ความตาย** แล้วก็มี **ความแก่** เราก็ต่อสู้เพื่อที่จะเอาชนะความแก่ ซึ่งเราก็สู้กันจนสุดฤทธิ์ อะไรบ้างที่จะทำให้เราไม่แก่ เราก็ทุ่มเทให้ทุกสิ่งทุกอย่าง

เมื่อสองวันนี่ก็มีหมอคนหนึ่งเป็นหมอปัจจุบัน แต่ว่าไปสนใจค้นคว้าสมุนไพร รู้จักกับอาตมามานาน คือ **หมอ นพรัตน์ บุญเลิศ** ท่านก็บอก “ว่าเวลานี้ผมทำความสำเร็จ

ได้มากแล้ว” ก็เล่าให้ฟังว่าสำเร็จอะไรบ้าง โดยเฉพาะเรื่อง **มะเร็ง** ผมช่วยเขามาก รักษาโรคมะเร็งด้วยยาสมุนไพร

นอกจากนี้ยังได้พบของดีอีก คือตัวยาที่จะทำให้คนนี่ "ไม่แก่" ได้ คือถึงแก่แล้วหนังหย่อน ๆ นี่ก็ทำให้ตึงได้ แล้วก็เป็นไปตามธรรมชาติ ก็ยังเอามาให้อาตมาฉันขนานหนึ่ง คงจะไม่แก่ไปนาน ใครอยากจะทดลองดูก็ได้

มะเร็งในเลือดก็ช่วยได้ ตัวยานี่หมอก็ยังปิดไว้ ยังไม่เปิดเผย เพราะเดี๋ยวคนจะเอาไปทำมาหากินกัน แต่ก็เป็นเรื่องของธรรมชาติทั้งนั้นแหละ

แสดงให้เห็นว่าเรื่อง **“ความแก่”** นี่เราก็ต่อสู้กัน

เมื่อสักครู่นี้ก็มีนายทหารนอกราชการ กินบำนาญท่านหนึ่งคือ **ท่านพลโท ยุทธพงษ์** เขียนบทความทิ้งไว้ที่โต๊ะทำงานของอาตมา บอกให้ท่านอาจารย์อ่านก่อน อ่านดูก็ดี

ท่านพูดถึงเรื่องความแก่ซึ่งก็จำแนกไว้หลายประเภท

๑. แก่อย่างพระยาราชสีห์

๒. แก่อย่างพระยาสีเสวต

๓. แก่ปฏิเสธคุณธรรม

๔. แก่มีกรรม

คนแก่มีอยู่ ๔ แก่ **“แก่มีกรรม”** นี่แย่หน่อย แล้วก็ **“แก่ปฏิเสธคุณธรรม”** นี่ก็แย่

ทั้งแก่ทั้งตายนี่เราก็ไม่ต้องการทั้งนั้น ต้องการให้มีอายุนาน ๆ

บางคนก็มาถามว่า “มีไหมในพระพุทธศาสนา ที่พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนเรื่องยาอายุวัฒนะ ชนิดที่กินเข้าไปแล้วอายุยืนยาว” อาตมาก็บอกว่ามี แต่ว่าท่านรักษาไว้ในแนวทางปฏิบัตินะ ถ้าเราปฏิบัติตามท่านอายุจะยืน เป็นยาอายุวัฒนะขนานเอกเหมือนกัน แต่ว่าเป็นยาในทางธรรมะ ท่านตรัสไว้เป็นหลักปฏิบัติ ถ้าใครอยากจะอายุยืน ๆ ก็ปฏิบัติตามนี้ อายุยืนทุกคน

เป็นวิธีปฏิบัติของพระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ใน **พระสุตตันปิฎกอังคุตรนิกาย ปัญจกนิบาต** พระสูตรนี้ชื่อ **อนายุทธสูตร** พระพุทธองค์ได้ตรัสแก่พระสงฆ์ไว้ตอนหนึ่งว่า "ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมะ ๕ ประการนี้เป็นเหตุให้อายุยืน ๕ ประการเป็นไฉน"

"ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
บุคคลย่อมเป็นผู้ทำความสบายแก่ตน ๑
รู้จักประมาณในสิ่งที่สบาย ๑
บริโภคในสิ่งที่ย่อยง่าย ๑
เป็นผู้มีศีล ๑
เป็นผู้มีกัลยาณมิตร ๑
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๕ ประการนี้แล เป็นเหตุให้อายุยืน"

ใครบ้างที่จะไม่เชื่อพระพุทธเจ้า เราก็ต้องเชื่อ

ทีนี้เมื่อเชื่อแล้วจะปฏิบัติอย่างไร เพราะใน ๕ ประการนี้ไม่เกี่ยวกับยาเลย เรายังมียาอายุวัฒนะ มียาสมุนไพร ยาชะลอความแก่ในปัจจุบันนี้ แต่ยาของพระพุทธเจ้าที่เป็น **ธรรมโอสถ** นี่เป็นสิ่งสำคัญมาก ถ้าใครอยากจะ **อายุยืน** ก็ลองนำไปปฏิบัติดู

ประการแรกนี้ท่านตรัสไว้ว่าบุคคลย่อมเป็นผู้ทำตนให้สบายหรือทำความสบายให้แก่ตน การทำความสบายให้แก่ตนนี้ทำอย่างไร เพราะถ้าพูดถึงความสบายแล้ว เราตีความกันไปต่าง ๆ นานา ว่าความสบายต้องอย่างนั้น ความสบายต้องอย่างนี้

อย่างคนที่เกิดมาแล้วทำแต่งานตลอดเวลา ก็มักจะพูดว่า *"เออ เมื่อไหร่หยุดทำงานเสียทีละก็คงสบายแน่"*

บางคนเกิดมาลำบากยากจน ก็บอกว่า *"ถ้าหากเรามั่งมี เราจะไม่ทำอะไรเลย จะนั่งกินนอนกินเท่านั้น เรามีเงินสัก ๑๐ ล้าน หรือ ๑๐๐ ล้านเราจะไม่ทำอะไรเลย"*

ก็รู้สึกจะสำเร็จประโยชน์ไปหลายท่าน เพราะประเภทนั่งกิน ก็นั่งกินกันจริง ๆ นั่งกินตลอดชีวิตเลย นอนกินก็นอนกินกันจริง ๆ ชนิดนอนกินกันบนเตียง เพราะเป็นอัมพาต ไม่ต้องทำอะไรเลย มีแต่คนป้อนอาหารให้ นี่คือคนที่เราเข้าใจว่าเป็นคนสบาย คือคนที่นั่งกินนอนกิน

อาตมาเคยถามโยมที่ไปเยี่ยมคนไข้ว่า "เอาไหม นั่งกินนอนกินแบบนี้" ทุกคนก็สั่นศีรษะบอกว่า "ไม่เอา นั่งกินนอนกินแบบนี้สู้ลำบากดีกว่า" เพราะว่าเป็นอัมพาตอยู่บนเตียงนอนให้เขาหยอดข้าวหยอดน้ำนี่เห็นจะไม่ไหว

ฉะนั้นเราอย่าเข้าใจว่าความสบายคือการไม่ทำอะไร คือคนไม่ต้องทำงาน

เราอย่าไปเข้าใจอย่างนั้น การทำตนให้เป็นคนสบาย หรือทำความสบายให้แก่ตนนี่ มันมีวิธีทำตั้งหลายอย่าง

เราต้องคิดว่าทำอย่างไรจึงจะสบาย

นอนสบายไหม ไม่สบายเพราะนอนไปนาน ๆ ก็เมื่อย

นั่งเล่า สบายไหม นั่งนาน ๆ ก็ไม่สบายอีกมันเมื่อย เดี๋ยวเส้นสายมันก็ตึงเมื่อยขบไปทั้งร่างกาย

ฉะนั้นการทำความสบายให้แก่ตน ตามหลักปฏิบัติท่านให้ถือนโยบาย ๔ อ. เดี๋ยวนี้เขานิยมเอาอักษรมาเป็นนโยบายกัน เดี๋ยวก็ ๔ ก. เดี๋ยวก็ ๔ ม. อะไรบ้างก็ไม่รู้ แต่ว่าในที่นี้ก็คือเอา ๔ อ.

อ. ในที่นี้คือ อ.อ่าง

อ.ที่ ๑ ก็คือ **ออกกำลัง** คนเรานี่ถ้าร่างกายจะสบาย ท่านบอกว่าต้องออกกำลัง การออกกำลังนี้จะทำอย่างไร

อาตมาไปเมืองจีนเช้า ๆ เห็นคนเขามารำมวยจีนกัน อาซิ้ม อาแป๊ะก็มายืนรำมวยจีนกัน

แม้แต่บ้านเรานี่ เช้า ๆ ก็เห็นรำกัน แถวเชิง **สะพานพุทธ** บ้าง **สนามหลวง** บ้าง **สวนลุมพินี** บ้าง เห็นยืนรำมวยจีนกัน บางคนก็วิ่ง เช้าขึ้นก็ออกวิ่งบริหารร่างกาย ก็รู้สึกเลื่อมใส เห็นเขาวิ่งกัน รู้สึกมัน มันในใจ แต่เราวิ่งด้วยไม่ได้เพราะเป็นพระ

การวิ่งนี่ดีแน่ คือได้ออกกำลัง การทำตัวเองให้สบายก็คือการทำร่างกายให้สดชื่น การทำร่างกายให้ร่าเริง ให้แข็งแรงนั่นก็คือการออกกำลัง

วิธีออกกำลังของคนเรานี่มีอยู่หลายวิธี นอกจากดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี่ บางคนก็ใช้วิธีทำประโยชน์ไปด้วย โดยเช้าขึ้นมาถือจอบฟันดินบ้าง ถางหญ้าบ้าง แล้วแต่ว่าเราจะมีงานมีการอะไรหรือถูบ้านถูช่อง กวาดบ้านกวาดช่องอะไรนี่ คือไม่อยู่เฉย ๆ

ถ้าอยู่ในบ้าน เราก็หางานในบ้านทำ ไม่มีงาน ก็ต้องหางานทำให้ได้ ไม่มีอะไรจะทำก็รื้อที่ดี ๆ แล้วออกมาทำใหม่ก็ได้รื้อออกมาแล้วก็เช็ดแล้วเอาเข้าไปไว้ตามเดิมใหม่ก็ได้

งานมันมีให้ทำทั้งวัน แต่ขอให้ทำงาน นี่ข้อแรกในนโยบาย **๔ อ.** เป็นนโยบายของแพทย์ท่านหนึ่งในปัจจุบันท่านบอกว่า **๑.** ต้องการกำลัง ถ้าไม่ทำอย่างนั้น เราก็ต้องเล่น **โยคะ** หรือว่าบริหารร่างกายอย่างใดอย่างหนึ่งไปเท่าที่เราสามารถจะทำได้ เป็นการออกกำลังไปในตัวด้วย สุขภาพจะได้แข็งแรง

อ.ที่ **๒** ก็คือ **อาหาร** ต้องบริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์ เราต้องรู้จักบริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์เลือกอาหารที่ไม่มีโทษ อาหารที่ไม่มีโทษนั้นก็คือ อาหารที่ไม่มียาพิษเจือปนซึ่งก็ไม่มีวิธีไหนดีเท่ากับเราต้องเป็นผู้ทำอาหารเอง

คนที่กินอาหารนอกบ้านอายุสั้นทุกคน

ท่านทั้งหลายลองสังเกตดูได้เลย คนที่ไม่มีครัวอยู่ในบ้าน เช่นเย็นลงก็มักจะไปรับประทานอาหารร้านนั้นร้านนี้ใครเขาบอกว่าอาหารร้านไหนอร่อยก็ไปรับประทานอาหารร้านนั้น

บางคนอยากจะรับประทานลูกชิ้นก็ต้องเลือกลูกชิ้นที่มันกรอบ ที่มันเด้งได้ อะไรทำนองนี้ เหมือนลูกฟุตบอลอะไรอย่างนี้

ไม่ได้ศึกษาว่าลูกชิ้นเขาใส่อะไรถึงเด้งขึ้นมาได้ไม่ได้ศึกษาสิ่งนั้นมันมีพิษมีภัยหรือไม่

บางคนอยากจะรับประทานยอดผักอ่อน ๆ ใบเขียว ๆ แต่หารู้ไม่ว่าเขาฉีดยาอะไรมาบ้างหรือเปล่าอย่างนี้ มันมียาพิษเจือปนอยู่มากในปัจจุบันนี้ แล้วผลสุดท้ายก็หัวใจวาย

บางทีใส่ผงชูรสมากไปก็ไม่รู้เรื่อง เพราะว่าเราไปรับประทานอาหารตามร้านนี่เขาปรุงให้รสอร่อยเป็นใช้ได้ แต่ว่ามันจะเกิดโทษอย่างไรเขาไม่คำนึงถึง คำนึงถึงแต่เพียงว่า ให้ลูกค้ากินรสอร่อยก็แล้วกัน

การทำอาหารให้มีรสอร่อยนี่ไม่ใช่ง่ายนะ สมัยโบราณเขาต้องมีเทคนิคหลายอย่าง แล้วถ้าจะให้เป็นไปตามธรรมชาติให้มันอร่อยจริง ๆ เขาต้องมีวิธีปรุงอาหารไม่ใช่ทำได้ง่าย ๆ หรอก

อาตมาก็เคยเป็นพ่อครัวมาก่อน สมัยเด็ก ๆ ก็รู้ว่าวิธีทำอาหารให้อร่อยตามธรรมชาติโดยไม่ต้องพึ่งผงชูรส มันทำไม่ใช่ง่าย ๆ นะ มีวิธีการหลายอย่างจึงจะไม่เกิดโทษ แต่เดี๋ยวนี้ทำกันง่ายเหลือเกิน และยังทำให้เราอายุสั้นอีกด้วย เพราะว่าไปรับประทานในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์

ฉะนั้นเรื่องอาหารนี่เป็นเรื่องสำคัญ หมอเขาบอกว่าการบริโภคอาหาร ต้องพยายามเลือกบริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ที่สะอาดและก็ไม่มีพิษ

ไม่มีอะไรดีเท่ากับเราทำด้วยตัวเอง แม้แต่ผักก็เหมือนกัน ไม่มีผักอะไรเลยที่จะปลอดภัยเท่ากับผักกระถิน ยอดกระถินนี่ปลอดภัยที่สุด หรือยอดผักกะเฉด ผักบุ้ง ค่อยยังชั่วหน่อย หรือมิฉะนั้นก็ผักที่เราปลูกเองตามรั้วบ้านเช่นยอดตำลึง ปลอดภัยแน่

ยอดตำลึงที่มันขึ้นเองตามรั้วบ้านนี่ เป็นผักที่มีประโยชน์ด้วย เดี๋ยวนี้อะไร ๆ ก็ต้องทำเอง ปลูกเอง ไม่งั้นละก็อันตรายมาก บางคนไม่ยอมซื้อผักรับประทานเลย นอกจากทำสวนครัวเอง ไม่กล้าซื้อผักเพราะไม่รู้ว่าผักนั้นฉีดยามากี่วันแล้ว ผลไม้ก็เหมือนกัน เราก็ไม่รู้ว่าผลไม้ไหนสะอาดไม่สะอาดจึงควรต้องระวังให้มาก ๆ ฉะนั้นเรื่อง อ. ที่ ๒ นี่ก็เป็นเรื่องสำคัญมาก

อ.ที่ ๓ ก็คือ **อากาศ** ก็หมายถึงอากาศที่บริสุทธิ์ เราต้องอยู่ในที่ ๆ มีอากาศบริสุทธิ์ อากาศที่ไม่บริสุทธิ์ก็ต้องพยายามหลีกเลี่ยงไว้

เพราะว่าอากาศนั้นเป็นปัจจัยสำคัญ เป็นสมุฏฐานส่วนหนึ่งที่จะให้ชีวิตนี้ดำรงอยู่ที่เรียกว่า **อุตุ**

อ.ที่ ๔ ก็คือ **อารมณ์** คนที่จะอายุยืนได้ต้องเป็นคนที่มีอารมณ์ดี **อ.อารมณ์** ดี ในที่นี้หมายถึงว่าเราจะต้องเลือกรับแต่อารมณ์ที่ดี ๆ ทั้งนั้น

อารมณ์ที่ไม่ดีเราอย่าไปเอามาใส่ใจ ต้องทำอารมณ์ที่สบายไว้ในใจตลอดเวลา อารมณ์เศร้า อารมณ์โกรธ อารมณ์เกลียด แม้แต่อารมณ์รัก ท่านก็บอกว่าอย่าให้มีเพราะถ้ามีมากแล้วจะอายุสั้น

อารมณ์นี้เกิดขึ้นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ต้องระวัง

ครั้งหนึ่งเทวดามาเปรย ๆ ในสำนักของพระพุทธเจ้าเทวดาปรารภขึ้นเฉพาะพระพักตร์พระผู้มีพระภาคเจ้าตอนดึกวันหนึ่งพูดขึ้นว่า **บุคคลพึงระงับจิตจากอารมณ์**

เมื่อระงับจิตจากอารมณ์ได้ เขาย่อมระงับทุกข์ได้

เพราะเทวดาเข้าใจว่าอารมณ์ทำให้เกิดทุกข์ ฉะนั้นคนถ้าระงับจิตไม่ให้รับอารมณ์ได้ก็ไม่มีทุกข์ เท่ากับดับทุกข์ได้

แต่ธรรมชาติของจิตนี้ต้องมีอารมณ์

พระพุทธองค์จึงตรัสตอบเทวดาว่า **"บุคคลไม่ถึงระงับอารมณ์ บุคคลพึงทำอารมณ์ที่ดีไว้ในใจ"**

หมายถึงว่าอารมณ์ใดที่เป็นอารมณ์ที่ดีนั้นพึงทำอารมณ์เช่นนั้นไว้ในใจ อารมณ์ใดที่ทำให้เกิดบาปธรรม พึงระงับอารมณ์นั้นเสีย

ตามหลักพระพุทธศาสนาก็สอนว่าให้ทำอารมณ์ที่ดีไว้ในใจ อารมณ์ที่ไม่ดีก็ให้ขจัดออกไปเสีย เพราะบุคคลที่รู้จักระงับอารมณ์ที่เป็นบาปได้ ผู้นั้นยอมพ้นทุกข์ได้

นี่เป็นแนวทางปฏิบัติสำหรับชีวิตที่เป็นอยู่ทุกวันนี้ ซึ่งเราจะต้องรับอารมณ์กันตลอดเวลา

เราควรจะทำจิตอย่างไรที่จะไม่ให้รับรู้อารมณ์ต่าง ๆ นั้น เราห้ามไม่ได้ เพราะว่าจิตต้องมีอารมณ์ อย่างที่เราพูดกันตามสำนวนว่า **ทำจิตให้ว่าง ๆ** แต่จิตจะว่างจากอารมณ์ไม่ได้ เพราะโดยสภาวธรรมจิตจะต้องมีอารมณ์

แต่ว่าวิธีการที่จะทำให้จิตเป็นสุขนั้นก็คืออารมณ์ใดที่ทำให้จิตใจของเราเป็นกุศลทำให้จิตนั้นเกิดสติ เกิดปัญญา ว่าง

จากกิเลส ว่างจากตัวตน มีแต่อารมณ์กุศล เราก็ต้องทำอารมณ์เช่นนั้นไว้ในใจ ชีวิตถึงจะเป็นสุข

แต่อารมณ์ใดที่ทำให้ใจเกิดบาป เราก็ขจัดอารมณ์เช่นนั้นออกไปเสีย เพราะอารมณ์อย่างนี้ทำให้ใจของเราเศร้าหมอง

อารมณ์ ท่านจำแนกไว้เป็น ๓ ประเภท

ประเภทหนึ่งเรียกว่า **อิฏฐารมณ์** คืออารมณ์ที่ดี

ประเภทที่ ๒ **อนิฏฐารมณ์** คืออารมณ์ที่ไม่ดี

ประเภทที่ ๓ **มัชฌัตตารมณ์** คืออารมณ์ที่เป็นปานกลาง ไม่ดี ไม่ชั่ว เป็นอารมณ์กลาง ๆ

อารมณ์ทั้ง ๓ อารมณ์นี้ เราจะต้องเลือกอารมณ์ที่ดีเอาไว้นั้นก็คืออารมณ์ที่ทำให้ใจของเราสบาย ทำให้ใจของเราผ่องใส

คนเรานั้นก็จะต้องมีการแสวงหาอารมณ์กันเหมือนกัน

เช่นเรามีชีวิตจำเจอยู่ที่บ้าน แล้วก็เรื่องในบ้านนี่ บางทีมันไม่สบอารมณ์เรา บางครั้งก็เกิดความรู้สึกหงุดหงิดใจขึ้นมาเห็นอะไร ได้ยินอะไรมันขัดใจไปหมด เราก็เลี่ยงออกมาเสียออกจากบ้านมาวัดก็ได้ แล้วก็หาอารมณ์ที่มันสบาย ๆ

ดูอะไรไม่ได้ก็เดินดูช่อฟ้า ใบระกา หางหงษ์ก็ยังดี ดูโบสถ์ดูเจดีย์ ดูความงามของสถาปัตยกรรมหรือดูจิตรกรรมตามฝาผนัง ดูลวดลาย

เสร็จแล้วก็ดูพระ ดูพระพุทธรูปงาม ๆ ไปกราบพระบ้างไปฟังพระเทศน์บ้าง จิตใจมันก็สบาย เราก็สามารถขจัดอารมณ์เช่นนั้นออกไปเสียได้ อย่าเก็บมาใส่ใจเรา

อารมณ์ใดที่ไม่ดีก็ขจัดออกไปเสีย แล้วเราก็รับแต่อารมณ์ที่ดี ๆ ไว้อย่างนี้

คนที่มีอารมณ์ดีอย่างนี้ตลอดเวลาจะมีอายุก็ยืนนี่เป็นหลักปฏิบัติของแพทย์ปัจจุบันที่ท่านแนะไว้

ซึ่งก็ตรงกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ท่านทรงสอนไว้ว่า การทำความสบายให้แก่ตนนั้นก็คือ การที่เรารู้จักรักษาสุขภาพพลานามัยของร่างกายให้ดีไว้ เพราะบุคคลถ้าหากว่าร่างกายไม่แข็งแรง หรือเป็นรังของโรค จะไปนิพพานก็ไปยาก เพราะสุขภาพไม่ดี จะไปนั่งกัมมัฏฐานก็ไม่ไหว จิตใจก็อ่อนแอ

ฉะนั้นคนที่จะอายุยืนเหตุผลประการหนึ่งจะต้องทำตนเองให้สบาย แล้วก็โปรดเข้าใจด้วยว่าคนที่สบายนั้น ไม่ใช่หมายถึงคนที่ไม่ต้องทำงานทำการ คนที่ไม่ทำอะไรเลยนั้นเป็นคนที่ไม่สบาย คนที่ไม่ทำงานนั้นคือคนที่ไม่สบาย แล้วบางคนก็เป็นอัมพาต

แต่คนที่สบายคือคนที่ทำงาน ออกกำลัง บริหารร่างกายอยู่เสมอ อย่างนี้เราเรียกกันว่า **ทำความสบายให้แก่ตน** ไม่ใช่ทำความลำบากให้แก่ตน

ท่านบอกว่า **ต้องรู้จักประมาณ ในสิ่งที่สบาย** คือ ความสบาย หรือความสุข ถ้าเราไม่รู้จักประมาณแล้ว มันก็เกิดโทษ

อย่างบางคนหาความสุขความสบายเกินขอบเขตไปมากไป มันก็เป็นโทษ ความสุขบางอย่างถ้ามากไปก็เป็นโทษ ต้องพอประมาณ ต้องรู้จักประมาณ รู้จักประมาณในการบริโภคความสุข รู้จักประมาณในการแสวงหาความสุข และก็อายุยืน ถ้าไม่รู้จักประมาณแล้วละก็อายุสั้น

ซึ่งเราจะเห็นได้ว่าบางคนนี่ไม่รู้จักประมาณ ไม่รู้จักประมาณในความสุขไม่รู้จักประมาณในความสบาย ผลสุดท้ายก็อายุสั้น เห็นหลายคนที่มีโอกาสแสวงหาความสุข แล้วก็แสวงหากันจนเกินไปเหมือนกับคนตายอดตายอยากมาจากไหน ผลสุดท้ายก็เลยตาย

อย่างเราบริโภคอาหารนี่ อาหารมันอร่อย เมื่ออาหารอร่อยแล้วเราก็อยากจะบริโภคบริโภคใหญ่เลย ผลสุดท้ายท้องแตกตาย

ทั้งนี้ เพราะอะไร เพราะว่าเราติดในรสของอาหารอะไรที่มันมากไปแล้วมันให้โทษทั้งนั้นแหละ ถึงมันจะอร่อยให้ความสุขอะไรก็แล้วแต่ ก็ควรต้องรู้จักประมาณ เรียกว่ารู้จักประมาณในการแสวงหาความสุขความสบายให้แก่ตน

รายละเอียดคิดว่าหลายท่านคงจะเข้าใจดีแล้ว โดยอาตมาไม่ต้องอธิบายว่ามีความสุขอะไรบ้าง ถ้ามันมากไปแล้ว ตายได้เหมือนกัน มันเกินประมาณไป

นอกจากนั้นพึงบริโภคในสิ่งที่ย่อยง่าย ๆ อาหารอะไรก็แล้วแต่เถิดให้มันเป็นอาหารที่ย่อยง่าย และเป็นประโยชน์ต่อร่างกายด้วย สิ่งที่ย่อยยากเราอย่าไปบริโภค

ที่สำคัญอีกประการหนึ่งก็คือ **ความเป็นผู้มีศีล** คนมีศีลนี่อายุยืนทุกคน

โยมสังเกตดูพระ ทำไมพระนี่อายุยืน นอกจากอายุยืนแล้ว ยังแข็งแรงด้วยนะ ไม่ใช่อายุยืนธรรมดา อายุยืนแบบทำประโยชน์ได้ ไม่ใช่อายุยืนแล้วหลง

คงจำสมเด็จปู่วัดสระเกศได้ **สมเด็จปู่ สมเด็จญาโณทยะมหาเถระ** สมเด็จพระสังฆราชวัดสระเกศ ชนมายุท่าน ๙๐ กว่าตอนเป็นสมเด็จพระสังฆราช ท่านยังนั่งเป็นประธานพิจารณาเรื่องราวต่าง ๆ บริหารกิจการคณะสงฆ์ได้

เวลานี้สมเด็จพระราชาคณะหลายองค์อายุเกิน ๘๐ ทั้งนั้น พระสังฆราชองค์ปัจจุบันนี้ก็ ๘๖ กระมัง ท่านยังเสด็จไปบำเพ็ญศาสนกิจต่างจังหวัดได้ ไปโน่นมานี่ได้ยังแข็งแรง หลายองค์ ๘๐ กว่าทั้งนั้นแหละ ยังทำงานได้

แล้วเรามาเปรียบเทียบกับฆราวาสยิ่งฆราวาสที่ **ทุศีล** ด้วยนี่ เกษียณอายุ ๖๐ ปีชั่ว ๖๐ ปีนี่ราชการเขาไม่ใช้แล้ว แล้วประเภท ๖๐ ปีเกษียณแล้วก็ยังเป็นคนทุศีลอีกอยู่ไม่นาน บางคนออกจากราชการปีเดียวเท่านั้น เขาเรียกว่า **เฉาตาย** ปีเดียวเฉาตายเลย บางทีก็ตายลง ๆ ทีละน้อยไปในที่สุด

ทั้งนี้เพราะอะไร เพราะ **ทุศีล** ไม่มีศีล

ถ้ามีศีลก็อายุยืนหน่อย เช่นอย่างผู้มีศีลตั้งมั่นอยู่ในศีลอยู่ในธรรมอันดีงาม อายุก็ยืน

อย่างพระมีศีลนี่อายุท่านก็ยืน แล้วท่านก็ทำงานได้พระนี่ทำงานยัน ๘๐ กันทั้งนั้น ๘๐–๙๐ ทั้งนั้น ๘๐ กว่านี่ยังเจิมป้ายได้ก็แล้วกัน

เคยเห็นหลวงปู่โต๊ะไหมเล่า เมื่อตอนมีชีวิตอยู่ลูกศิษย์หิ้วปีก ๒ ปีกไปเจิมป้าย ลากไปท่านก็ไป ยังทำศาสนกิจได้นะ ยังเจิมป้ายได้ ยังสวดมนต์ได้ แม้เดินไม่ค่อยไหว หิ้วปีก ท่านก็ไปทำกันจนตาย

จะเห็นได้ว่าอานิสงส์ของศีลนี่ทำให้อายุยืน แล้วก็ยืนอย่างมีประโยชน์

หลายองค์ ๘๐ ปีแล้วยังอยากทำโน่น อยากทำนี่ ยังมีความกระตือรือร้นคล่องแคล่วตลอดเวลา ยังขวนขวายทำงานต่าง ๆ ได้อย่างกระฉับกระเฉง นี่เพราะว่าท่านเป็นผู้มีศีล และก็ศีลนี่ทำให้อายุยืน

อีกประการ คนจะอายุยืนนี่ก็เพราะว่า **มีมิตรที่ดีงาม** คือคบเพื่อนดี ท่านทั้งหลายอาจจะสงสัยว่า เอ เพื่อนนี่มันมีส่วนทำให้อายุยืนด้วยหรือ

ถ้าท่านคบเพื่อนไม่ดีนี่ อายุสั้นได้เหมือนกัน

อย่างเมื่อตอนก่อนเขาเลือกตั้งกันปี ๒๕๒๖ ผู้พิพากษาที่ภูเก็ตถูกยิงตาย ทั้งนี้เพราะนั่งรถไปกับเพื่อนที่เป็นเจ้าพ่อ เจ้าพ่อนี่เบื้องหลังเป็นอย่างไรก็ไม่รู้ แต่ว่าเขาจะยิงเจ้าพ่อผู้พิพากษาเป็นคนดี นั่งรถไปกับเจ้าพ่อด้วย ก็เลยพลอยโดนลูกหลงไปด้วย ตายไปกับเพื่อน

อาตมาเองเคยเตือนพระบ่อย ๆ ระวังนะ นั่งรถนี่ ถ้าเจ้าพ่อเอารถมารับ พยายามไปคนละคันกับเจ้าพ่อนะ หรือไม่ก็เปิดกระจกให้เห็นกันชัด ๆ ว่านี่มีพระนั่งมาด้วยนะ ไม่ใช่เจ้าพ่อคนเดียว การคบเพื่อนนี่ถ้าไปคบเพื่อนไม่ดีละก็ ดีไม่ดีเพื่อนพาไปตาย

เราไม่รู้ว่าคนที่เราคบนี่เขามีศัตรูมากไหม เราเดินทางร่วมกันกับคนไม่ดี หรือคบกับคนที่มีศัตรูมาก ๆ นี่มันอันตรายทั้งนั้น ยิ่งนั่งรถไปด้วยกัน มันอันตรายจริง ๆ เพราะเราไม่รู้ว่าเขาจะเอารถ ๑๐ ล้อมาอัดเมื่อไร หรือเราไม่รู้ว่าเขาจะถวายเอ็ม ๑๖ กันเมื่อไร เราก็ต้องระวัง จะไปไหนมาไหนก็ต้องระมัดระวัง

เพื่อนนั้นต้องคบเพื่อนที่ดี ๆ

คบเพื่อนดีคือ **กัลยาณมิตร** นั้นก็มีส่วนทำให้อายุยืน

คบเพื่อนไม่ดีก็มีส่วนทำให้อายุสั้นได้

และโดยเฉพาะเพื่อนที่ดีก็จะชักนำไปในทางที่ดี ที่สำคัญก็คือเราคบคนดีนี่ คนดีจะนำแต่ความร่มเย็นมาให้ตลอดเวลา

แต่ถ้าท่านไปคบเพื่อนไม่ดีเข้าพอเจอหน้ากัน จะมีแต่เรื่องร้อนหูทั้งนั้น บางคนพูดที่ร้อนหูฉ่าเลยเหมือนกับเราไปโดยไฟร้อน ๆ มาลวกที่หู คำพูดแต่ละคำนี่มันร้อนหูชาวบ้านเขาทั้งนั้น

คนประเภทนี้อย่าไปคบ เพราะมีแต่เรื่องร้อนใจมาพูดให้ฟังตลอดเวลา ไม่ได้เอาเรื่องเย็น ๆ มาเลย

การคบเพื่อนไม่ดีมันก็มีส่วนบั่นทอนอายุท่านจะสังเกตได้ว่ามันบั่นทอนอายุท่าน เพราะทั้งวันจะมีแต่เรื่องร้อน ๆ มาให้ มีแต่เรื่องร้าย ๆ มาให้

แต่ถ้าเราคบเพื่อนดี ก็จะมีแต่เรื่องเย็น ๆ ชีวิตก็มีแต่เรื่องดีมีประโยชน์สดชื่นจรรโลงใจ ทำให้จิตใจแช่มชื่นร่าเริงในธรรม เพื่อนอย่างนี้เป็นเพื่อนที่น่าคบ

ฉะนั้นถ้าคบใครแล้ว พอเห็นท่าทางมันจะร้อนใจละก็เลี่ยงเสีย เลี่ยงให้ไกล ๆ เพราะบางคนนี่พอเห็นหน้าเข้า แหมใจมันร้อนเสียแล้ว ยังไม่ทันได้คุยกันเลย ยิ่งคุยกันเข้าก็ยิ่งร้อนหนักขึ้นไปอีก เพื่อนอย่างนี้อย่าไปคบ

นี่คือหลักของพระพุทธศาสนาที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสสอนไว้ ว่าคนจะอายุยืนได้นี้ต้องปฏิบัติในหลักต่าง ๆ เหล่านี้ ถ้าเรายึดมั่นในหลักธรรมเหล่านี้ได้ อายุก็ยืน และนี่คือยาอายุวัฒนะ เป็นธรรมโอสถขนานเอก ถ้าเราอยากจะมีอายุยืนนานขอให้ปฏิบัติตามแนวทางนี้

หากเราจะใช้สิ่งอื่นเข้ามาช่วย จะเป็นยาสมุนไพรหรืออะไรก็แล้วแต่เถิด มันมีส่วนช่วยได้เหมือนกัน คือช่วยให้ร่างกายของเราสบาย อาจช่วยบำบัดโรคภัยไข้เจ็บที่เกิดขึ้นให้หายไปได้

คนเราถ้าร่างกายสบายไม่มีโรค มันก็ทำให้ชีวิตเป็นสุข อายุก็ยืน ถ้าสุขภาพดีแล้วอายุก็ยืน แต่ถ้าเราออด ๆ แอด ๆ แล้วนี่มันก็อายุสั้น

การทำตนเองให้สบาย ๑

การรู้จักประมาณในความสุขความสบาย ๑

การรู้จักบริโภคในสิ่งที่ย่อยง่าย ๑

มีศีล ๑

การมีกัลยาณมิตร ๑

ใน ๕ ประการนี้เป็นยาอายุวัฒนะของพระพุทธเจ้า จะทำให้เรานี้ตายช้าลง

ส่วนความแก่นั้นเราหนีไม่พ้นหรอก ต้องแก่แน่นอน แต่ว่าความแก่ใน ๔ ประเภทนั้น ประเภทแก่ปฏิเสธคุณธรรมก็ดี ประเภทที่แก่มีกรรมก็ดี ก็จงอย่าให้บังเกิดมีแก่ท่านทั้งหลายเลย

เพราะแก่ปฏิเสธคุณธรรมนี่ยิ่งแก่ยิ่งเลอะ แก่ประเภทนี้เขาเรียกว่า **แก่เลอะ** แก่แล้วก็ยังโลภ แก่แล้วก็ยังโกรธ แก่แล้วก็ยังหลง

แก่แล้วเห็นแก่ตัว ยิ่งแก่ยิ่งเห็นแก่ตัว แทนที่จะแก่แล้ว มีเมตตากรุณา มุทิตา อุเบกขา มีคุณธรรมยิ่งแก่ยิ่งร้าย นี่เขาเรียกว่าแก่ปฏิเสธคุณธรรม หันหลังให้ศีลธรรม คนแก่อย่างนี้ก็อย่าไปคบ คบไม่ได้

ประเภทแก่มีกรรม ก็เป็นเรื่องเฉพาะบุคคล เพราะบางคนแก่แล้วมารับกรรมจริง ๆ

อย่างที่อาตมาเคยเล่าไว้ว่า คนแก่บางคนมีลูก ๑๒ คนนี่ พึ่งใครไม่ได้เลยสักคนเดียว พึ่งลูกไม่ได้เลย แก่แล้วลูกไม่เอาใจใส่ทอดทิ้ง ผลสุดท้ายก็ขาดที่พึ่ง ก็ต้องไปอยู่ที่บางแคบ้าง บางละมุงบ้าง ที่เป็นสถานสงเคราะห์คนชรา

ส่วนแก่ราชสีห์ แก่สีเศวต แก่ไปเถิด อย่างนั้นดี อย่างคนแก่ที่เขาทำงานนี่ คนแก่ทำประโยชน์นี่แก่ราชสีห์ คือแก่แล้วก็ยังทำประโยชน์ได้

บางทีเราจะเห็นคนแก่เขาบริหารบ้านเมืองเป็นนายกรัฐมนตรีก็มี เป็นรัฐมนตรีก็มี เป็นหัวหน้าพรรคการเมืองก็มี แต่อย่างนี้ **แก่อย่างราชสีห์** ยังบันลือสีหนาทในสภาได้ ยังเสียงปาว ๆ อยู่อย่างนี้ใช้ได้ เขาเรียกว่าแก่ราชสีห์ ถ้าแก่อย่างนี้ไม่เป็นไร มีประโยชน์ เพราะทำประโยชน์แก่สังคม แก่บ้านเมืองได้ แต่เราก็ต้องยอมรับความจริงว่าเราหนีแก่ไม่พ้น ทุกคนต้องแก่แน่นอน

ส่วนเรื่องความตายนั้น เมื่อเราเกิดมาในปัจจุบันนี้ ถือว่าโชคดีแล้วที่เราพบพระพุทธศาสนา และก็โชคดีที่เราได้ทำประโยชน์

ถ้าอายุจะอยู่ยืนยาวต่อไปและเป็นความยืนยาวที่เป็นประโยชน์ก็น่าอยู่ แต่ถ้าอยู่แล้วไม่มีประโยชน์จะอยู่กันไปทำไม อยู่แล้วก็ไม่มีประโยชน์

ที่นำเรื่องนี้มาพูดหรือที่พระพุทธองค์ท่านตรัสไว้นั้นไม่ใช่ให้เราตั้งตนอยู่ในความประมาทหรอก เพราะบางท่านนี่อายุยืนนาน ๆ แล้วมีประโยชน์จริง ๆ ก็ไม่ควรจะตายจากโลกนี้เร็วเกินไป ควรทำประโยชน์ให้มาก ๆ

แต่นั่นแหละ คนที่ทำประโยชน์มาก ๆ ก็มักจะอยู่ได้ไม่นานก็มักจะตายไป แล้วส่วนพวกที่ตายช้า ๆ นี่คือพวกที่เราไม่ต้องการเสียแล้ว ก็ไม่รู้จะทำอย่างไร เราก็นั่งแช่งในใจทุกวัน ๆ ว่าเมื่อไหร่จะตายเสียทีก็ไม่รู้

บางทีลูกวัดก็นั่งแช่งสมภาร สมภารเมื่อไหร่จะม่องเท่งสักทีก็ไม่รู้ แสดงว่าแก่ไม่มีประโยชน์ ถ้าแก่มีประโยชน์ก็คงจะไม่อยากให้ตายหรอก ถ้าแก่ไม่มีประโยชน์แล้วคนก็นั่งแช่งในใจว่าเมื่อไหร่จะตายสักทีก็ไม่รู้

เพราะฉะนั้นเราจงอยู่อย่างชนิดที่ว่า อย่าให้ใครเขาแช่งเลย แก่แล้วก็อย่าให้คนเขาแช่ง ทำแต่ประโยชน์ ประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน ให้ถึงพร้อมบริบูรณ์ด้วยความไม่ประมาทเถิด เราก็จะได้ประโยชน์ในชีวิตนั้นโดยสมบูรณ์

เหตุให้อายุยืน

ยาอายุวัฒนะของสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า

๑. ทำตนเองให้สบาย
๒. รู้จักประมาณในความสุขสบาย
๓. รู้จักบริโภคในสิ่งที่ย่อยง่าย
๔. เป็นผู้มีศีล
๕. มีกัลยาณมิตร

ใบไม้เหลือง

ใบไม้เหลืองร่วงหล่นเกลื่อนกล่นอยู่
ลองเทียบดูกับชีวิตผิดเมื่อไหร่
เดี๋ยวล้มหายตายจากพลัดพรากไป
มัจจุราชตามรุกไล่ทุกรูปนาม
วันเวลาที่ผ่านไปใช้ชีวิต
ถูกหรือผิดคิดหน่อยคอยทวนถาม
ค่าของคนอยู่ที่ผลอันงดงาม
ดำเนินตามคัลลองของคนดี
เป็นมนุษย์สุดแสนดีที่คุณค่า
สละสุขและเวลาไม่หลีกหนี
สร้างประโยชน์สาธารณะให้นานปี
แม้ชีพนี้ปลดปลงชื่อยงยืน...

พูลศรี เจริญพงษ์

ชีวิต กับ ความรัก

บรรยาย ณ หอประชุม โรงเรียนนายร้อย จ.ป.ร.
วันศุกร์ที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๒๖

ท่านประธาน ท่านอนุศาสนาจารย์ที่เคารพ และนักเรียนนายร้อย จปร. ที่รักทุกท่าน

วันนี้ดิฉันรู้สึกมีความยินดีเป็นอย่างยิ่ง ที่ได้มีโอกาสมาพูดสิ่งละอันพันละน้อย ณ หอประชุมอันทรงเกียรตินี้ ซึ่งได้จัดให้มีการบรรยายธรรมะเป็นประจำทุกเดือน เป็นเวลาช้านานมาแล้ว ทราบว่าส่วนมากก็จะนิมนต์พระคุณเจ้า หรือท่านอาจารย์ชายผู้ทรงความรู้ในด้านธรรมะ มาบรรยาย

คราวนี้ได้มีการเชิญให้สตรีมาบรรยายบ้าง และดิฉันได้รับเชิญเป็นรายแรกเสียแล้ว จึงอดที่จะรู้สึกเป็นเกียรติแก่ตนเองเสียมิได้

พร้อมกันนั้นก็ต้องขอบพระคุณ และขออนุโมทนาในกุศลจิต ของท่านอนุศาสนาจารย์แห่งโรงเรียนนายร้อย จปร.นี้ ที่ได้มีหนังสือเชื้อเชิญดิฉันมาพูด

ช่วงนี้เป็นช่วงที่สุขภาพไม่ดีอย่างยิ่ง เนื่องจากได้รับเชิญให้ไปบรรยายในที่ต่าง ๆ มาก รวมทั้งได้รับเชิญเป็นกรรมการกรรมเกิน ในสถาบันต่าง ๆ หลายแห่ง พยายามปฏิเสธไปแทบทุกแห่ง เพราะลำพังแค่งานวิทยุวันละ ๖ รายการ กับงานทางโทรทัศน์ ๔ ช่อง ทางต่างจังหวัด ก็ทำแทบจะไม่ไหวอยู่แล้ว แต่ดูเหมือนว่า ยิ่งปฏิเสธก็กลับจะต้องทำงานมากยิ่งขึ้นอีก ทั้งนี้และทั้งนั้นงานทั้งหลายแหล่ล้วนเป็นงานเพื่อสังคม และประเทศชาติทั้งสิ้น และแต่ละท่านที่ขอร้องกันมาก็ด้วยหวังจะให้เราได้มีส่วนไปช่วยทำงานเพื่อส่วนรวมนี้นั่นเอง

นี่ก็เป็นการออกตัวเนื่องจากสุขภาพที่ไม่ค่อยดี แต่ที่ไม่ดีจริง ๆ นั้นก็คือเรื่องของ **"คอ"** เท่านั้นที่อักเสบแล้วอักเสบอีก ไปหาหมอท่านหลายครั้ง ก็ยังไม่หาย แล้วตัวเองก็ไม่กล้าจะรับประทานยาปฏิชีวนะมากนัก เนื่องจากช่วงนี้รับประทานมากมายจริง ๆ จึงพยายามที่จะพักเสียงบ้าง ตามคำแนะนำของคุณหมอท่าน

ระหว่างสองวันก่อนมาบรรยายที่หอประชุมโรงเรียนนายร้อยนี้ ได้ทำงานอยู่แต่ที่บ้าน แล้วก็ต้องเอาปลั๊กโทรศัพท์ออกเสียด้วย เพื่อจะได้ทำงานได้สะดวก ๆ ไม่มีอะไรมาขัดจังหวะ และเพื่อจะได้กำหนดข้อความที่จะมาพูดให้รัดกุมและได้ประโยชน์ให้มากที่สุดในเวลา ๑ ชั่วโมงที่ทางผู้เชิญได้กำหนดไว้ให้ และหลังจากที่รับเชิญให้มาพูดที่นี่แล้ว ก็หยุดรับเชิญค่ะ จะยังไม่ไปพูดที่ไหนอีก จำเป็นจะต้องหยุดพักเสียจริง ๆ สักระยะหนึ่งค่ะ

วันนี้ขออนุญาตเรียกตัวเองว่า "ครู" นะคะ อันที่จริงนักเรียนนายร้อยที่ไปทาบทาม เชิญให้มาพูดก็มีความประสงค์จะให้เรียกตัวเองว่า "แม่" เนื่องจากวัยของคุณนักเรียนนายร้อยทั้งหลายก็ไล่เรี่ยกับวัยของลูก แต่มานึก ๆ ดูแล้ว การจะมีลูกถึง ๘-๙๐๐ คน คงไม่ไหว เพราะเมื่อจะเป็นแม่ทั้งทีแล้ว ก็จะต้องทำหน้าที่ของแม่ให้ดี ๆ ด้วย ไม่ใช่สักแต่ว่าเป็น "แม่" เฉย ๆ เลยขอเป็นเพียงแค่ "ครู" ดีกว่า อย่างน้อยวันนี้ครูก็มีธรรมะเล็ก ๆ น้อย ๆ มามอบให้กับพวกคุณ และหากลูกศิษย์คนใดจะมีความทุกข์ร้อน อย่างไรก็จดหมายไปคุยกันได้ที่วิทยุยานเกราะ ๓๙๒ บางกระบือ กทม. ๑๐๓๐๐

เรื่องที่ครูจะพูดในวันนี้คือเรื่อง **"ชีวิต กับ ความรัก"** ซึ่งก็แน่นอนนะคะว่าจะต้องเป็นความรักหลาย ๆ แบบ ลองฟังดูก็แล้วกันค่ะ ว่าจะมีความรักแบบใดบ้าง

อันว่าชีวิตของคนเรานั้น กว่าที่จะเกิดมาเป็นตัวเป็นตนได้ก็ต้องอาศัย **"ชนกและชนนี"** *ทั้งสองท่านนั้นให้ชีวิตเรามา*

เราปฏิเสธไม่ได้ว่า ท่านนั้นเป็นผู้ตั้งชีวิตให้เราในปัจจุบันชาตินี้

ถึงแม้ลูก ๆ บางคนจะพูดว่า "ท่านไม่ได้ตั้งใจให้เราเกิด" ก็ตามที แต่ความจริงหาเป็นเช่นนั้นเสมอไปไม่ พ่อแม่เกือบจะทุกคนล้วนแล้วแต่ประคับประคองตั้งแต่ลูก ๆ ยังอยู่ในครรภ์ของแม่ด้วยซ้ำไป

เพราะฉะนั้น เพียงท่านให้ชีวิตเรามาครั้งแรกก็ถือว่ามีพระคุณสูงสุดแล้ว เพราะเราสามารถจะใช้ชีวิตของเราในการสร้างคุณงามความดีได้ทุกอย่างตั้งแต่น้อยไปหามาก ตั้งแต่เล็กไปหาใหญ่

ด้วยเหตุนี้แม้ในชีวิตของเราบางคน จะประสบกับท่านผู้ให้กำเนิดที่เป็นเพียง **"ชนก–ชนนี"** ก็ตาม เราก็ยังควรจะต้องระลึกถึงพระคุณของท่าน

หากท่านที่ได้ให้กำเนิดเรามาแล้ว ได้ฟูมฟักทะนุถนอมเลี้ยงดูเราต่อมา ก็ย่อมจะได้ชื่อว่าเป็น **"มารดา–บิดา"**

และเมื่อเราเริ่มรู้เดียงสา ท่านได้อบรมสั่งสอนเราต่าง ๆ นานา ท่านย่อมได้ชื่อว่าเป็น **"บุพการี"** คือ **"ครูคนแรกของลูก"**

เมื่อท่าน ''เมตตา'' ปรารถนาดีส่งเสียให้เราได้เล่าเรียนศึกษา ด้วยหวังให้ลูก ๆ ได้มีวิชาความรู้ เพื่อใช้เป็นเครื่องมือทำมาหากินต่อไปในภายภาคหน้า นี่ก็เรียกว่าท่านมี "เมตตาจิต" แล้วนะคะ

และท่านจะมี **"กรุณา"** กับลูก ๆ ทุกคนต่อไปไม่สิ้นสุด แม้ว่าลูกบางคนจะสอบตกแล้วตกอีก เพราะเรียนไม่ทันเพื่อน หรือหนีโรงเรียนบ่อย ๆ ก็ตามที ท่านก็ยังมีความ "กรุณา" คือมีความสงสารปรารถนาจะให้ลูกได้พ้นจากภาวะของความเป็นผู้ไม่รู้อีกต่อไปนั่นเอง นี่เรียกว่าท่านมี **"กรุณาจิต"** ถูกไหมคะ

เมื่อลูก ๆ ขยันหมั่นเพียรเรียนดี จนได้เลื่อนชั้น หรือบางทีอาจจะได้รับรางวัลในการศึกษาเล่าเรียนดี ท่านก็พลอยปลาบปลื้มใจยินดีด้วย อันนี้เกิดจาก **"มุทิตาจิต"** ของท่านค่ะ

หากมีลูก ๆ คนใดของท่านมาล่วงเกินท่าน ด้วยความพลั้งเผลอ หรือ ด้วยขาดความเคารพคารวะก็ตามที พ่อแม่ส่วนมากก็จะต้องตักเตือนว่ากล่าวให้ลูกได้สำนึกรู้สึกตัวในกรรมที่เป็นโทษนั้น ด้วยไม่อยากให้ลูกทำบาป

เมื่อเตือนแล้วลูก ๆ บางคนไม่ยอมเชื่อฟัง ท่านก็จะวาง "อุเบกขา"

ไม่โกรธ ไม่เกลียด ไม่เครียด ไม่พยาบาท แต่อย่างใด

ทั้ง **เมตตา กรุณา มุทิตา และ อุเบกขา** นี้รวมเรียกว่า **"พรหมวิหาร ๔"**

เป็นปฏิปทาหรือการปฏิบัติของ "พระพรหม" ซึ่งมีอยู่ในดวงใจของพ่อแม่เป็นส่วนมาก

ดังนั้นมารดา–บิดาที่มีคุณสมบัติทั้ง ๔ ประการนี้ท่านจึงเรียกว่า

"พระพรหมของลูก" บางทีก็เรียกว่า **"พระอรหันต์ของลูก"**

ด้วยถือว่ามีพระคุณสูงสุดต่อลูก

นอกจากพระพรหมจริง ๆ ที่อยู่บน "พรหมโลก" และนอกจาก "พ่อแม่ของเรา" แล้ว เราจะไม่พบปฏิปทาเช่นนี้ที่แสดงกับเราจากบุคคลอื่นเลย อาจจะมีอยู่บ้างในบุคคลที่มีคุณธรรมสูง ๆ

บุคคลทั่ว ๆ ไปอาจจะมีเมตตาจิต **"สงสาร"** เราบ้างในบางโอกาส แต่เขาอาจจะไม่มี **"กรุณา"** ไปทุกโอกาสหรอกนะคะ

"เมตตา" คือ ความสงสาร อาจจะมีอยู่มากในบุคคลทั่ว ๆ ไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งในคนไทยเรา มักจะมีความใจอ่อนขี้สงสารคน แต่ก็อาจจะเพียงแค่ **"สงสาร"** เท่านั้นนะคะ

"กรุณา" คือ ความปรารถนาจะช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์นั้น ทำกันได้ยากหน่อย เช่น เราเห็นคนตกน้ำ กำลังจะจมน้ำตาย ถ้าเราว่ายน้ำไม่เป็นถึงจะเกิดความสงสารอย่างไร เราก็คงจะช่วยให้เขาพ้นทุกข์จากการจมน้ำตายไม่ได้ใช่ไหมคะ นอกเสียจากว่า เราจะวิ่งไปบอกใครให้มาช่วย หรืออาจจะไปหาเชือกมาเส้นหนึ่งแล้วโยนลงไปให้เขาเกาะเข้ามาหาฝั่ง

ความเมตตานั้นเกิดได้ง่าย ๆ เพราะเพียงแต่มีจิตคิดสงสารก็จัดเป็น "เมตตา–จิต" แล้ว

แต่ความกรุณานั้นเกิดได้ยาก เพราะต้องลงมือช่วยเหลือ เพื่อให้คนที่ตกอยู่ในห้วงแห่งความทุกข์นั้นฯ ได้พ้นจากความทุกข์ อย่างนี้จึงจะเป็น "กรุณาจิต"

"มุทิตา" คือ ความพลอยยินดี เมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุขเกิดไม่ได้ง่ายนัก ในจิตของบุคคลทั่ว ๆ ไปที่จะมีให้ซึ่งกันและกันด้วยความบริสุทธิ์ใจ ยกตัวอย่างเช่น **คุณอาภัสรา หงสกุล** นางงามจักรวาล เธอเป็นผู้ที่ได้รับการยกย่องว่า "สวยเป็นที่หนึ่งในจักรวาล" ในปี พ.ศ.นั้น ๆ ทั้ง ๆ ที่มีผู้รับรองอย่างนี้แหละ ก็ยังจะมีคนค่อนขอดว่าอย่างนั้นอย่างนี้ โดย

พยายามจะหาที่ติให้ได้ ส่วนมากก็จะเป็นพวกผู้หญิงด้วยกันเอง ที่มักจะมีจิตขาด **"มุทิตา"** หรือมี **ความอิจฉาริษยา** นั่นเอง

เพราะฉะนั้นจึงได้กล่าวว่า "มุทิตาจิต" เกิดขึ้นได้ยากเต็มทีจากบุคคลอื่น ๆ ที่จะมีให้แก่เรา แต่จะมีอย่างบริสุทธิ์ใจจากพ่อแม่ของเราค่ะ

"อุเบกขา" คือ "ความวางเฉย" ในกรณีที่เราไปทำให้คนอื่นเขาโกรธ ยากที่ใครเขาจะวางเฉยได้ แต่พ่อแม่ของเราท่านสามารถเป็น "อุเบกขา" กับการกระทำที่ไม่ดีของลูก ๆ ได้ ทั้งนี้เพราะอะไรหรือคะ ก็เพราะว่าท่านมีความรักความเมตตาในลูก ๆ อย่างล้นเหลือนั่นเองค่ะ

ขอถามคุณนักเรียนนายร้อย จปร. สักคำหนึ่งเถิดค่ะว่า

"ทุกคนรักพ่อแม่ของเราไหม"

....."รักครับ"

แหม...ตอบเสียงอ่อยเหลือเกินนะคะ ไม่เต็มใจหรือไงคะ ที่จะพูดว่า "รักพ่อรักแม่"

อันที่จริงทุกคนอาจจะพูดอยู่ในใจแล้ว แต่ครูไม่ได้ยินเอง เพราะพ่อแม่ของเราท่านรักเราออกอย่างกับอะไรดี ทำไมเราจะรักตอบท่านไม่ได้

ครูเองก็เป็นพ่อแม่คน....ประทานโทษ เป็นแม่ของลูกแต่เป็นเสมือนหนึ่งทั้งพ่อทั้งแม่นั่นแหละนะคะ ถ้าลูกของครูมาพูดว่า "หนูรักแม่จังเลย" ครูก็คงจะปลาบปลื้มใจมาก

เพราะฉะนั้นเย็นวันนี้ เมื่อกลับไปถึงบ้านแล้ว ก็ขอให้ไปกราบพ่อแม่ของเรานะคะ พร้อมกับบอกว่า "ผมรักแม่หรือรักพ่อจังเลย" ท่านอาจจะแปลกใจ ที่วันนี้ลูกมาแปลกก็จงแก้ความสงสัยท่านเสีย โดยบอกว่า วันนี้ผมได้ฟังครูพูลศรีมาบรรยายให้ฟัง ก็เลยเกิดนึกรักคุณพ่อคุณแม่ขึ้นมาอย่างจับใจ

"ทำได้ไหมคะ...."

"ได้ครับ".....

"แหม....เสียงอ่อย ๆ อีกแล้ว....นี่ถ้าให้พูดกับแฟน คงจะเสียงดังฟังชัดกว่านี้นะคะ"

ขอให้คิดไว้เสมอ ๆ นะคะว่า เมื่อเรียนจบไปแล้ว ได้ติดยศเป็นนายร้อย นายพัน จะเลี้ยงตอบแทนท่านอย่างไรบ้าง

อย่าโกรธ อย่าเคืองท่าน เมื่อท่านทำไม่ถูกใจเรา เคยทราบว่ามีลูกชายบางคนน้อยใจคุณแม่ โรงเรียนประจำเขาปล่อยให้กลับบ้านเย็นวันศุกร์ก็ไม่ยอมกลับบ้าน ไม่กลับเป็นเวลานาน ๆ วันหยุดเสาร์–อาทิตย์ก็ไปซื้อผักที่ตลอดปากคลองตลาด เอาไปขายที่ตลาดนัดสวนจตุจักร เพื่อหารายได้มาเป็นค่าขนม

ก็ดีไปอย่างหนึ่ง ทำให้คุณแม่ประหยัดเงินไปได้ตั้งหลายบาท และก็เป็นการฝึกหัดค้าขายไปในตัวด้วย

แต่ข้อสำคัญที่สุดก็คือ เราต้องไม่โกรธไม่เกลียดพ่อแม่ของเรานะคะ

น่าสังเกตอยู่หน่อยหนึ่ง คือ เวลาไม่มีความน้อยใจในพ่อแม่ ก็ไม่ค่อยจะอยากทำงานช่วยท่านนักหรอก แต่พอมีเรื่องขึ้นมาขายผักขายปลาก็ทำได้คล่อง ๆ และทำได้ดีเสียด้วยซีคะ ก็ต้องขอชมเชยไว้ในที่นี้ด้วย

เพราะท่านที่เป็นพ่อค้าจำเป็นที่กล่าวขวัญถึงนี้ มิใช่คนอื่นคนไกล คือ **นักเรียนนายร้อย จปร. ปี ๕** ท่านหนึ่งนั่นเอง

กล่าวขวัญถึงในเชิงยกย่อง คงจะไม่เคืองนะคะ

ไม่ใช่ว่าจะเก่งแค่จับปืนเท่านั้นนะคะ แม้กระบุงกระจาดอะไรก็หาบคอนได้เก่งแท้ ๆ

นอกจา "ความรัก" ของพ่อแม่ที่มีความบริสุทธิ์ สะอาดดุจ "น้ำค้าง" แล้ว

ก็ยังมี "ความรัก" ของ ครูอาจารย์ ซึ่งหลายท่านมีความจริงใจกับลูกศิษย์ทั้งหลายเหมือนกับลูก ๆ ในอุทรของท่าน แม้ว่าความรักของท่านจะไม่เทียบเท่ากับความรักของพ่อแม่ของเรา จะไม่เท่ากับ "น้ำค้าง" ก็ไม่เป็นไร อาจจะเป็นเช่นน้ำ "โพลาริส" ก็ยังดี

ซึ่งบรรดาลูกศิษย์ทั้งหลายควรได้สำนึกในบุญคุณของท่านให้ได้ตลอดไป ในฐานะที่ท่านได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้กับเรา นับเป็นครูคนที่สองรองมาจากพ่อแม่ ซึ่งเรา

จะลืมความดีของท่านเสียไม่ได้ เมื่อมีโอกาสควรได้แสดงออกซึ่งความ "กตัญญูกตเวที" ต่อท่านบ้าง

บางคนนอกจากจะไม่นึกถึงบุญคุณของครูบาอาจารย์แล้ว ยังลบหลู่ดูหมิ่นท่านด้วยอาการต่าง ๆ อีกด้วย เข้าทำนอง "ลูกศิษย์คิดล้างครู"

เชื่อแน่ว่าการกระทำแบบนี้ จะไม่เกิดขึ้นกับผู้ที่มีระเบียบวินัยดีแล้ว เช่นคุณนักเรียนนายร้อย จปร. ทั้งหลายนะคะ

ความรักพ่อ รักแม่ และ ความรักครูอาจารย์ ก็ผ่านไปแล้ว ๒ แบบ

ต่อมาก็เป็น "ความรักเพื่อน" แล้วก็ความรัก "คู่รัก"

เชื่อแน่ว่า **ความรักเพื่อน** จะต้องมาก่อน เพราะเด็ก ๆ เมื่อเริ่มเข้าโรงเรียน ก็เริ่มสนิทสนมกับเพื่อน ๆ แล้ว แม้ยังไม่เติบโตเท่าไหร่ ก็อาจจะมีความรักในเพื่อน ๆ ได้ใช่ไหมคะ

ความรักในเพื่อน ๆ ก็งั้น ๆ แหละ จริงไหมคะ

แต่ความรักใน **"คู่รัก"** ซีคะ มันฟู่ฟ่าในหัวใจ เหมือนฟองโซดา หรือฟองเบียร์ตอนเปิดจุกใหม่ ๆ ยังไงยังงั้น จริงไหมคะ

ครูพูดอย่างนี้รู้สึกสดชื่น ถูกใจ หัวเราะกันคิกคักทีเดียว ไม่เหมือนกับตอนที่พูดถึงพ่อแม่ หรือครูอาจารย์เสียงอ่อย ๆ ไม่ค่อยจะเต็มใจตอบกันเลย

ความรักในคนรัก หรือ ในคู่รัก
หลายคู่มีเหตุการณ์ที่ครูจะลำดับให้ฟังดังนี้

๑. "สดชื่น" ในเบื้องต้น

๒. "เซ็ง" ในท่ามกลางและ

๓. "เบื่อหน่าย" ในที่สุด

หัวเราะกันแบบนี้ เชื่อได้เลยว่าพวกเราทั้งหมดที่นั่งอยู่ร่วมพันคนนี้ จะต้องมีกันทั้งสามรสชาด ดังที่ครูพูดถึงใช่ไหมคะ

ทั้งนี้เพราะอะไรหรือคะ

เมื่อรักกันใหม่ ๆ ก็มักจะเกิดความหลงใหล จนกลายเป็นความงมงาย รายไหนก็รายนั้น ต่างคนต่างก็พยายามที่จะแสดงออก แต่ความดีของตนเองทั้งนั้น ระมัดระวังไม่ให้ข้อบกพร่องของตนเองเล็ดลอดออกไปเป็นที่ประจักษ์กับอีกฝ่ายหนึ่งได้

จึงระวังการแสดงออกทางกาย ทางวาจากันแจเลยทีเดียว

พูดไพเราะ

การกระทำก็ "หวาน" ไปทุกอิริยาบถ

เพราะฉะนั้นจึงเป็น "ความสดชื่น" ในเบื้องต้น

ต่อมาเมื่อคบกันนาน ๆ เข้า คนที่ไม่ดีจริง หรือมีข้อบกพร่องมาก แต่ก็เสแสร้งแกล้งทำดี ปกปิดความไม่ดีเอาไว้ ในไม่ช้าความไม่ดีก็โผล่ออกมา

การแกล้งทำ มักจะทำอยู่ไม่ได้นาน เพราะไม่ใช่นิสัยอันแท้จริงของตัวเอง

อย่างตัวของครูเอง แต่ก่อนนี้ไม่ค่อยจะรู้ธรรมะ ซ้ำเป็นคนขี้โมโห ใครมาทำโง่ ๆ เซ่อ ๆ หรือรู้มากเอาเปรียบเราบ่อย ๆ เดี๋ยวเราก็ซัดเข้าให้ ไม่ "เซ็ง" ตอนนี้ก็ไม่รู้จะไปเซ็งตอนไหน จริงไหมคะ

เพราะฉะนั้นในบางคู่ที่มีข้อบกพร่องมาก และไม่จริงใจต่อกัน ก็จะพบกับ **"ความเซ็ง"** ในท่ามกลางดังกล่าวแล้ว

แล้วก็จะกลายเป็นความเหินห่าง หรือ **"เบื่อหน่าย"** ในที่สุด

เซ็งบ่อย ๆ เข้าก็จะเบื่อขี้หน้ากัน

เรื่องนี้ใคร ๆ ที่ประสบมาแล้วกับตนเอง ก็จะต้องรู้ดีกว่าใคร

แต่ถ้าเรารักกันจริง ๆ ด้วยความบริสุทธิ์ใจ

ก็จะต้องพยายามแก้ไขข้อบกพร่องซึ่งกันและกันเพื่อความอยู่รอด

เพื่อจะได้รักกันยั่งยืนนานยังไงล่ะค่ะ

ครูขอย้ำว่า จะต้องร่วมมือด้วยกันทั้งสองฝ่าย ถ้ารักกันจริง....

เมื่อแก้ไขข้อบกพร่องของตนเองเสมอ ๆ แล้ว ความรัก ความหวาน ความสดชื่นย่อมจะยืนยง เหมือนต้นกุหลาบที่เรากำจัดตัวด้วง ตัวแมลงให้หมดสิ้นไปแล้ว กุหลาบก็ย่อมจะสมบูรณ์พร้อมที่จะออกดอกที่สวยงามและส่งกลิ่นอันหอมหวานให้เราได้ชื่นชมไปได้อีกนาน

ความรักเป็นเรื่องของความละเอียดอ่อน เป็นเรื่องที่จะต้องทำความเข้าใจกันให้ดี

ครูขอย้ำว่า "ต้องทำความเข้าใจ" กันให้ดีขัดใจอะไรกันนิด ๆ หน่อย ๆ ก็ต้องรีบพูด รีบชี้แจง และรีบแก้ไข

การนิ่ง หรือ ฉุนเฉียวด้วยความโกรธ ไม่ได้ช่วยให้เหตุการณ์อะไรดีขึ้น

การแสดงออกซึ่งความประชดประชัน หรือใช้ "ทิฏฐิมานะ" เข้าหากันไม่เคยให้ผลดีกับใครเลย

เมื่อเรามี "คนรัก" เราต้องหมั่นถามตัวเองเสมอ ๆ ว่า "เรารักเธอจริง ๆ หรือเปล่า" ถ้าเรามีเหตุผลที่จะรักเธอจริง ๆ ก็ต้องเร่งเครื่องเดินหน้าเต็มตัว มีอุปสรรคอะไรเกิดขึ้นก็ต้องสามัคคีกันช่วยแก้ไข

แต่ถ้าเราไม่ได้รักจริง ๆ เพราะว่า "นิสัยไปกันไม่ได้" ก็ต้อง "เบรค" นะคะ ยุติแค่นั้น ดำเนินเรื่องต่อไปไม่ได้ อย่าคิดว่า ทำไปเพื่อหา "กำไรชีวิต" หรือ ทำไปเพื่อหา "ประสบการณ์"

ไม่ได้นะคะ

ฮากันแบบถูกใจอย่างนี้ แสดงว่ามีผู้หาประสบการณ์กันแบบนี้เยอะใช่ไหมคะ

ครูจะขอพูดให้ฟัง ตั้งใจฟังนะคะ ผู้หญิงดี ๆ ทั้งหลายเมื่อจะมีคู่รักสักคนหนึ่ง เธอก็ต้องหวังที่จะได้แต่งงานแต่งการด้วยอย่าทำให้เธอต้องช้ำใจนะคะ เป็น "บาป" ค่ะ

เราจะต้องแยกให้ได้ สำหรับผู้หญิงที่มีความรัก และความจริงใจกับเราอย่างแท้จริง เราจะคิดกับเธอเหมือนผู้หญิงที่มีอาชีพ "บำเรอชาย" ไม่ได้ เพราะเธอประเภทหลังนั้น เธอจะไม่มีความคิดอะไรกับพวกคุณทั้งสิ้น

เมื่อคุณ "ปีนรั้ว" โรงเรียนออกไปหาเธอเวลาใดเธอก็จะรับรองคุณได้เวลานั้น แต่ก็คงจะต้องมีสิ่งแลกเปลี่ยนกันตามธรรมเนียมใช่ไหมคะ นอกเสียจากจะเป็นกรณีพิเศษจริง ๆ ซึ่งคุณอาจจะไม่ต้องเสียอะไรเลยก็ได้ ก็แล้วแต่จะตกลงกัน

เอ้า....ฮากันอีก

สงสัยจริง ๆ ว่า คงจะมีกรณีพิเศษกันจริง ๆ เสียแล้วละ

ครูเองที่พูดเรื่องนี้ ก็มิได้มีเจตนาจะดูถูกหญิงเหล่านั้น แต่ชี้ให้เห็นว่า ถ้าเราจะคบกับผู้หญิง ๒ แบบ อย่างนี้ มันจะต้องแยกกันให้ออก ฝ่ายหนึ่งเธอถือเป็นอาชีพ อาจจะปรนนิบัติเก่งเอาใจเก่ง ก็เนื่องจากอาชีพของเธอ จำเป็นอยู่เองที่เธอจะต้องทำเพื่อเอาใจลูกค้าเท่านั้น

เพราะมีอยู่จำนวนไม่น้อยที่ผู้ชายไปหลงใหลติดใจหญิงบริการ ก็เพราะเธอปรนนิบัติเก่งนั่นเอง แต่เธอก็อาจจะถ่ายกระเป๋าน่าดู ถ้าลูกค้ามีพอจะให้ถ่าย แต่สำหรับพวกคุณนักเรียนนายร้อยก็คงจะไม่อยู่ในข่ายนั้น

ดังนั้นถ้าประสงค์จะให้ความรัก **หวานชื่น** ตลอดไปอยากจะให้คนรักของเราทำอย่างไร ก็ควรจะ **แนะนำ** เธอในกรณีที่คนรักของเราคิดไม่ถึง และทำให้ไม่ถูกใจเรานะคะ

คราวนี้ ครูขอวกมาถึงเรื่อง **"ปีนรั้ว"** โรงเรียน

ถ้าครูจะถามว่า "มีใครบ้างที่ชอบปีนรั้วโรงเรียนออกไปเที่ยว ยกมือขึ้น" ก็คงจะไม่มีใครกล้ายกมือนะคะ เพราะฉะนั้นครูก็เลยจะไม่ตั้งคำถามแบบนี้ แต่ครูจะชี้ให้เห็นถึง **ผลเสีย** ของการปีนรั้วโรงเรียนไปเที่ยวกัน ว่ามีอะไรบ้าง สำหรับผู้ที่ไม่รู้

ผลเสียที่พอจะสรุปเป็นหัวข้อใหญ่ ๆ มีดังนี้นะคะ

ถ้าปีนรั้วออกไปแล้ว ไปจ๊ะเอ๋กับอาจารย์ท่านเข้าพอดี

๑. โดนกักบริเวณ

๒. โดนตัดแต้ม และ

๓. อาจจะไปมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับพวกนักเลง

ซึ่งก็อาจจะเป็นคนคุมผู้หญิง หรือที่รู้จักกันในนาม **"แมงดา"**

หรืออาจจะไปมีเรื่องกับนักเที่ยวผู้หญิง ซึ่งเขาอาจจะเมาแอ่นมา เราอาจไม่อยากหาเรื่องกับเขา แต่เขาก็อาจจะเขม่นเราเพราะความเมาของเขาก็ได้ หรืออาจจะบังเอิญเราไปหล่อกว่าเขาเข้าก็ได้ ก็อาจจะเป็นไปได้ทั้งนั้น

เพราะสถานที่ใดที่มีหญิงบริการ สถานที่เหล่านั้นถือเป็นสถานที่ "อโคจร" สำหรับคนดี ๆ ที่มีอนาคต เพราะอาจจะมีเรื่องวิวาทกันให้เจ็บเนื้อเจ็บตัว ให้พิการ หรือถึงกับล้มตายไปเกิดใหม่ก็อาจเป็นไปได้ใช่ไหมคะ

เพราะฉะนั้นเรื่อง "ปีนรั้ว" หนีเที่ยวจึงก่อให้เกิดผลเสียข้อใหญ่ ๆ หลายข้อดังนี้ แล้วครูยังจะมีผลเสียข้อย่อย ๆ อีก ๒ ข้อนะคะ คือ

๑. เมื่อปีนรั้วออกไปแล้ว อาจไปจ๊ะเอ๋ กับอาจารย์ท่านเข้าพอดี ท่านอาจจะเห็นเราไม่ถนัดแต่ของเราน่ะเห็นท่านชัดเต็มตาเลยทีเดียว ตอนนี้ก็จะต้องหนีเข้าป่าช้าวัดโสม ฯ วิ่งกันจนป่าราบ หรืออาจจะต้องหนีเข้าไปซ่อนในโกดังเก็บศพ กรณีที่อาจารย์ ท่านอาจจะวิ่งไล่ตาม หรือเรานึกว่าท่านวิ่งไล่ตาม แต่ความจริงแล้ว ท่านอาจเห็นหรือไม่เห็นก็ได้ หรือท่านเห็นแต่ก็แกล้งทำเป็นไม่เห็น ท่านอาจขี้เกียจเอาเรื่อง

เนื่องจากท่านคิดว่า "เมื่อครั้งก่อนนี้ ท่านก็เคยเป็นอย่างนี้มาก่อนเหมือนกัน" เลยคิดว่า "ปล่อยลูกนกลูกกาไปดีกว่า"

แต่ปรากฏว่า "ลูกนกลูกกา" ขวัญผวาเสียแล้ว วิ่งหนีเข้าป่าช้ายังไม่พอ เมื่อได้ยินเสียงแกรกกราก แทนที่จะนึกว่าเป็น "ผี" กลับไปคิดว่าเป็นอาจารย์ท่านตามมา จึงมุดเข้าไปซ่อนในซองที่เขาสำหรับเก็บโลงศพ ซึ่งพอดีในตอนนั้นช่องนั้นมันว่างอยู่พอดี

พอนอนนิ่ง ๆ อยู่นาน ๆ ไม่เห็นมีใครตามมาคราวนี้ก็เกิดความกลัวอย่างอื่นขึ้นมาแทน

ก็ต้องแจวอ้าวต่อไปอีก

ถ้าเกิดพบ ผี เข้าจริง ๆ จะทำยังไง จริงไหมคะ

๒. ตอนมีการตรวจเลือด อาจจะพบอะไรในเลือดก็ได้ แต่นั่นแหละ การตรวจเลือดนาน ๆ จะตรวจกันทีหนึ่ง ซึ่งถ้าบังเอิญมีอาการผิดปกติเกิดขึ้นก่อนหน้านั้นก็ให้รีบเล่าให้คุณหมอที่โรงเรียนท่านฟังเสียไม่ต้องไปอายท่าน เพราะอาจจะทำให้สายเกินแก้ก็ได้นะคะ

นี่เป็นผลเสียที่พอจะรวบรวมเก็บมาเล่าสู่กันฟังได้ ก็นำมาเล่า หลายท่านอาจจะคิดว่า "ครูพูลศรี" เป็นผู้หญิงมาเล่าเรื่องอะไรอย่างนี้นะ ไม่เหมาะ ไม่สมเลย อาจจะมีคนคิดอย่างนั้นก็ได้

ซึ่งถ้ามีผู้คิดอย่างนั้น ครูก็จะต้องขอแก้ว่า

อายุของครูตอนนี้ก็เกือบจะ ๕๐ ปีเข้าไปแล้ว

พวกคุณนักเรียนนายร้อยทั้งหลาย ที่นั่งอยู่ในห้องประชุมนี้ อายุอานามล้วนแต่เป็นลูก ๆ ของครูได้ทั้งสิ้น การที่ครูมาบรรยายในวันนี้ ก็คิดเสมือนหนึ่งมาคุยกับลูก ๆ หลาน ๆ นั่นเอง

เพราะฉะนั้นสิ่งใดก็ตามที่ลูกหลานทำไปแล้ว จะเกิดผลเสียกับเขา ครูก็จำเป็นต้องเตือน จำเป็นต้องให้สติ ไม่ใช่มาชี้โพรงให้กระรอกนะคะ

ครูมาพูดมาเล่านี้ ก็เพื่อที่จะให้พวกคุณได้พึงสังวรกันไว้ถึงผลเสียที่จะพึงเกิดขึ้นจะได้ระมัดระวังตัวกันมากขึ้นเท่านั้นเอง แต่ครูก็แน่ใจว่า คนที่ชอบหนีเที่ยวนั้น ก็คงจะมีเป็นส่วนน้อยหรอกนะคะ

คราวนี้กลับมาพูดถึงเรื่องของ **"คู่รัก"** ของเราบ้าง

ครูอยากจะถามพวกคุณว่า

"คุณชอบคนรักเดียวใจเดียวไหมคะ"

"ชอบครับ"

ครูอยากจะถามต่อไปอีกว่า เวลาคุณมีแฟน คุณอยากจะให้เขาซื่อสัตย์กับเรา มีความจริงใจกับเราใช่ไหม....คุณไม่อยากจะให้เขาไปมองคนอื่น หรือเอาใจไปเผื่อแผ่คนอื่นใช่ไหม......

"ใช่ครับ"

เอาละค่ะ เป็นอันว่าตอบครูแล้วนะคะว่า ว่าต้องการอย่างนั้น ถึงแม้จะไม่พูดออกมาทุกคน แต่ครูก็จะถือว่า ทุกคนมีความต้องการอย่างนั้น

คราวนี้เรามาถามตัวเราเองกันบ้างว่า ตัวเราเองทำดี มีคุณสมบัติเหล่านั้นครบทุกข้อแล้วหรือยัง...

เราต้องไม่เกี่ยงให้คนอื่นทำก่อนนะคะ ขอให้เราเองเป็นผู้ปฏิบัติอย่างนั้นก่อนค่ะ

คนที่มีคุณสมบัติดีครบทุกข้อแล้ว ครูก็ขออนุโมทนาด้วย

แต่คนที่ยังขาด ๆ เกิน ๆ อยู่ก็ขอให้เร่งปรับปรุงตัวเองกันหน่อย

เพราะพระพุทธศาสนาสอนเราไว้ว่า "ผู้ใดทำเหตุอย่างใดไว้ ก็จะต้องได้รับผลอย่างนั้น ทำเหตุดี จักได้ผลดี ทำเหตุชั่วก็จักได้รับผลชั่ว"

มีอยู่เรื่องหนึ่งที่ครูอยากจะเล่าให้ฟัง ครั้งหนึ่งนานมาแล้วสมัยที่ครูยังเป็นเด็กอยู่ ได้รู้จักกับสุภาพสตรีผู้หนึ่งอายุราว ๆ สัก ๓๐ เศษ ๆ สามีของเธอเป็นนายตำรวจยศชั้นนายร้อยตำรวจเอกในขณะนั้น เป็นผู้มีชื่อเสียงมากเพราะปราบปรามไอ้เสือเก่ง ครูต้องขออภัยที่จะไม่เอ่ยชื่อนายตำรวจท่านนั้นให้ฟัง เพราะเพียงแค่เอาเรื่องส่วนตัวของท่านมาเล่าก็ไม่ค่อยจะเหมาะอยู่แล้ว แต่เพื่อเป็นอุทาหรณ์สอนใจ ครูจึงได้นำมาเล่าอีกทั้งก็ไม่ได้เอ่ยชื่อท่าน ก็คงจะไม่เป็นการเสียหายอะไร เพราะไม่ทราบว่าใครเป็นใคร

นายตำรวจท่านนั้นสำเร็จมาจากโรงเรียนนายร้อยตำรวจ และรักกันกับสุภาพสตรีท่านนั้นมาตั้งแต่ยังอยู่โรงเรียนนายร้อยตำรวจ เมื่อเรียนจบแล้วทั้งสองก็ได้แต่งงานกัน

ชีวิตการครองเรือนก็ไม่มีอุปสรรคใหญ่อะไร มีแต่งานปราบปรามโจรผู้ร้าย ซึ่งก็เสี่ยงต่อความตายเท่านั้นเอง

ต่อมานายร้อยตำรวจเอกท่านนั้นได้ปราบเสือร้ายคนหนึ่งตายลง และตัวท่านเองก็เกือบจะเอาชีวิตไม่รอดเช่นกัน เรื่องนี้ดูเหมือนว่ากรมตำรวจจะนำมาสร้างเป็นภาพยนตร์ ถ้าจำไม่ผิดนะคะ สร้างเป็นภาพยนตร์นั้นสร้างแน่นอน แต่จะเป็น

กรมตำรวจหรือเอกชนสร้าง ไม่ค่อยแน่ใจเท่าไหร่ เพราะเหตุการณ์มันนานมาแล้วเกือบ ๔๐ ปี เป็นภาพยนตร์ที่เกี่ยวกับผู้ร้ายกับตำรวจนี่แหละค่ะ

แล้วได้ให้นายร้อยตำรวจเอกท่านนี้เป็นพระเอกในเรื่อง เนื่องจากท่านก็เป็นคนรูปหล่อพอสมควร หลังจากที่แสดงภาพยนตร์เรื่องนั้นแล้ว ท่านก็เกิดไปรักกับนางเอกในหนังเรื่องนั้นเข้าจริง ๆ ชีวิตภายในครอบครัวก็เลยเกิดอลเวง มีแต่ความร้อนกับน้ำตา

ภรรยาของท่านซึ่งมีรักเดียวใจเดียว จึงตกอยู่ในห้วงแห่งความทุกข์ระทมใจ ปล่อยว่างไม่ได้ รับประทานแต่ยานอนหลับระงับประสาทอะไรทำนองนี้แหละค่ะ

ยาพวกนี้มันเป็นยาประเภทสะสม คือ มันจะเก็บสะสมไว้ในร่างกายเรื่อยไป แล้วก็กดประสาทมากด้วย รับประทานนานวันเข้า มันก็สะสมอยู่ในร่างกายมากเข้า

จนกระทั่งวันหนึ่งนั่งแท๊กซี่ไปไหนก็ไม่ทราบ แล้วก็เลยนอนหมดสติอยู่บนรถแท็กซี่นั่นเอง

แล้วในที่สุดวันหนึ่งเธอก็ได้ตายจากโลกนี้ไปด้วยความขมขื่น
น่าสงสารและน่าเห็นใจมาก

ถ้ากระไร ครูอยากจะขอร้องพวกคุณนักเรียนนายร้อยทั้งหลาย

"อย่ามีภรรยาหลายคนได้ไหมคะ.....

โธ่.....ไม่ใช่คำขอร้องที่น่าขำเลย

"ฮาอะไรกันอีกคะ"

ก่อนแต่งงานเราจะมีแฟนสักกี่คนก็ไม่เป็นไร เพราะเราจำเป็นจะต้องเลือกผู้หญิงที่ดีที่สุดสำหรับที่จะมาเป็นผู้ให้กำเนิดลูกของเรา

แต่เมื่อถึงขั้นแต่งงานกันแล้ว ขออย่ามีภรรยาหลายคนเลยนะคะ

อย่านึกว่า "โก้" ในการที่มีภรรยาได้หลาย ๆ คน เพราะคนที่มีภรรยาหลายคนเองนั่นแหละเคยสารภาพให้ครูฟังว่า "มีเมียคนเดียว ดีที่สุด"

ท่านบอกว่าการมีภรรยาหลายคนนั้น มันมีความทุกข์มากที่สุด มีปัญหามากที่สุด ใครไม่โดนเข้ากับตัวเองจะไม่รู้สึกหรอกค่ะ ปัญหามันมีมาต่าง ๆ แต่สรุปแล้วมันมีแต่ความร้อนใจ แล้วก็ร้อนกายด้วย

อาจจะก่อให้เกิดการประทุษร้ายร่างกายกันได้ง่ายที่สุด ผู้หญิง หลายคนทนไม่ได้ถือเป็นการสบประมาทกันอย่างรุนแรง บางคนอาจจะประทุษร้ายตนเองด้วยความน้อยใจ ด้วยความเจ็บช้ำน้ำใจ

บางคนอาจจะไปทำร้ายบุคคลที่สาม ทำเองไม่ได้ก็อาจจะไปจ้างวานคนอื่นให้มาทำ

หรือบางทีก็อาจจะประทุษร้ายตัวพวกคุณเองก็ได้ในฐานะเป็นตัวต้นเหตุ

แล้วจะมีความสุขได้อย่างไร ความสุขจะเกิดที่ตรงไหน

เกิดได้ยากจริง ๆ ใช่ไหมคะ

เพราะฉะนั้นอย่าหยิ่งอย่าทะนงตน คิดว่า "ข้า ฯ จบมาจากโรงเรียนนายร้อย จปร. ที่ผู้หญิงทุกคนจะต้องสยบให้

อย่า....นะคะ อย่าคิดอย่างนั้น เครื่องแบบโก้ ๆ หรู ๆ ไม่ได้มีแค่นายร้อย จ.ป.ร. เท่านั้น

ของ **ทหารเรือ ทหารอากาศ** หรือ **ตำรวจ** เขาก็โก้เหมือนกัน ทำหยิ่งไปหยิ่งมา แล้วอาจจะต้องมานั่งเสียใจในภายหลังก็ได้

มีตัวอย่างมาแล้วนะคะ ความหยิ่งยะโสของผู้ชายบางคนนี่แหละค่ะ ผู้หญิงเธอทนไม่ได้พอเธอไปชอบคนอื่นบ้าง ก็เลยจะเกิดเป็นโศกนาฏกรรม รักสามเศร้าสี่เศร้าแก้กันไม่ตกอีก

แต่ครูก็เห็นใจนะคะในกรณีที่แต่งงานกันแล้ว ผู้หญิงเกิดไปประพฤติตัวเสียหายเข้า ทำให้เสื่อมเสียศักดิ์ศรีของเรา ทำอย่างไรก็แก้ไม่หาย พูดเตือนอย่างไรก็ไม่ฟัง อย่างนี้จะมีใหม่อีกครูก็ไม่ว่าอะไร เพราะเป็นเรื่องที่น่าเห็นใจอยู่แต่ก็ขอให้คิดดูให้ดี ๆ ก่อนนะคะ เพราะบางทีก็มีลูกมีเต้ากันตั้งหลายคน เมื่อมีเหตุที่จะทำให้อยู่ด้วยกันต่อไปไม่ได้ก็ค่อยคิดหาทางแก้ไขต่อไป เพราะถ้ามีลูก อย่างไรก็ควรจะต้องระมัดระวังใจของลูก ๆ ด้วยว่า เด็กจะ "เฮิร์ท" ไหมนะคะ

อย่าลืมนะคะว่า การมีภรรยาหลายคนนั้น เป็นเรื่องของ **"ความทุกข์"** ไม่ใช่เรื่องของ **"ความสุข"**

เพราะฉะนั้นถ้าคนเดิมอยู่ด้วยกันไม่ได้จริงแล้ว จะมีใหม่ก็ควรจะต้องเลิกกับคนเก่าเสียก่อน

อันที่จริงครูมีตัวอย่างที่น่าจะนำมาเล่าอีกหลายคู่หลายแบบ แต่เวลาไม่อำนวยแล้วก็จะขอผ่านไปดีกว่า เพราะถึงขั้นนี้แล้วไม่เป็น **ชีวิต กับ ความรัก** แล้ว มันเป็น **ชีวิต กับ ความแค้น** หรือ **ความขมขื่น** มากกว่า

เพราะเหตุว่าแทบทุกคนจะต้องประสบกับการมีครอบครัว ไม่ช้าก็เร็ว ครูจึงได้นำเรื่องต่าง ๆ เหล่านี้มาเล่าให้ฟังเป็นอุทาหรณ์สอนใจ เพื่อป้องกันไม่ให้พวกเราต้องไปประสบกับเหตุการณ์อย่างนั้น หรือถ้าจะเกิดมีปัญหาอย่างนั้นขึ้นมา เราจะได้คิดหาทางแก้ไขได้บ้าง

ชีวิตของคนเรานั้น ไม่ใช่ว่าจะผ่านแต่ความรัก พ่อแม่ ครูบาอาจารย์ หรือคนรักเท่านั้นนะคะ เพราะในชีวิตคนเรานั้นจะต้องมี **"เพื่อน"** ดังที่ครูได้พูดถึงเมื่อสักครู่

อย่างเช่นเพื่อนนี้ เราจะมีสักกี่คนก็ได้ ไม่มีใครว่า แต่เราก็ควรจะเลือกคบแต่เพื่อนที่ดี ๆ ที่จะทำให้ชีวิตของเราเจริญขึ้นเท่านั้น เพื่อนคนไหนคบกันแล้วจะทำให้นิสัยของเราเลวลง ชีวิตตกต่ำลงก็ควรจะถอยออกให้ห่างไกล แต่สำหรับนักเรียนนายร้อย จ.ป.ร. ซึ่งยังต้องเรียนรวมกันอยู่อย่างนี้ เราจะถอยให้ห่างไกลไม่ได้ ก็จะต้องวางเฉยกันบ้างในบางโอกาส

เพราะเมื่อเรียนอยู่ปี ๒ ปี ๓ ไปฝึกกันคราวหนึ่งก็เป็นเดือน ๆ **"ซัมเมอร์"** คราวหนึ่งก็จะต้องคลุกคลีกันมากจะมองเห็นชัดเจนก็ตอน **"ซัมเมอร์"** นี่แหละค่ะ ว่าใครมีนิสัยใจคออย่างไร **เสียสละ** หรือ **เห็นแก่ตัว ขี้ขลาด** หรือ **กล้าหาญ** อย่างไร

นักเรียนนายร้อยปีที่ ๒ ปีที่ ๓ ก็ต้องออกป่าคราว **"ซัมเมอร์"**

ปีที่ ๔ ก็ต้องฝึกหลักสูตร **"แรงเยอร์"** ทุกคนที่ใจคอกล้าหาญ ก็จะไม่หนีการฝึกที่กล่าวถึงนี้

นอกจากจะเป็นการฝึกที่มีความตื่นเต้นน่าหวาดเสียวแล้ว ก็ยังจะต้องนอนป่าแน่นอน เราจะได้เห็นนิสัยใจคอของเพื่อนก็ตอนนี้แหละค่ะ

เพื่อนบางคนจะฆ่าสัตว์โดยไม่จำเป็น เพราะสัตว์นั้นไม่ใช่สัตว์ที่มีพิษ ทำร้ายเราไม่ได้ หรือไม่ใช่อาหารที่รับประทานกันทั่ว ๆ ไป แต่บางคนก็ชอบที่จะฆ่าเล่นเห็นเป็นของสนุก

บางคนก็ไปจับลูกค่าง ลูกชะนี หรือลูกลิงมาเลี้ยง ไปจับลูกของมันมา แม่มันตกใจก็วิ่งหนีเตลิดไป เป็นการสร้างความทุกข์ให้กับสัตว์โดยทำให้แม่กับลูกต้องพลัดพรากจากกัน

ลองคิดดูซิคะว่า สมัยเมื่อเรายังเป็นเด็กเล็ก ๆ เราก็ยังต้องการความอบอุ่นจากอกของแม่เลย

พวกสัตว์ต่าง ๆ เหล่านี้ก็เหมือนกัน ที่ตัวเล็ก ๆ ก็ต้องอยากจะอยู่กับอกของแม่แต่เราก็กลับไปพรากสัตว์เหล่านี้ให้พ้นจากอกของแม่

จึงเป็นการกระทำที่สร้างความทุกข์ให้กับผู้อื่น บาปมากนะคะ

อย่าคิดว่าสัตว์จะไม่มีความรู้สึกเศร้าโศกเสียใจ พวกค่าง บ่างชะนี จำพวกนี้ สังเกตซิคะ มันจะเดินสองขาคล้ายคน หน้าตามันก็กระเดียดมาทางคน.....ซ้ำคนบางคนหน้าตาก็ยังไปคล้ายพวกสัตว์จำพวกนี้ก็มีใช่ไหมคะ

แม้นักวิทยาศาสตร์บางคนเขาก็ยังคาดคะเนว่า คนเรานั้นวิวัฒนาการมาจากลิง

อ่าว ! ขำอะไรกันคะ ครูไม่ได้พูดเอาเองนะคะ นักวิทยาศาสตร์ท่านพูด ครูเคยเห็นเขาแสดงภาพเป็นขั้นเป็นตอนให้ดูด้วย ภาพที่แสดงให้ชมนี้ รู้สึกว่าจะเป็นที่ในบริเวณหอดูดาวที่เอกมัยนั่นแหละค่ะ ส่วนนักวิทยาศาสตร์ ดูเหมือนจะชื่อ **ชาร์ลส์ ดาวิน** ต้องขอประทานโทษด้วย หากว่าครูจำมาผิด

คราวนี้หันมาพูดถึงเรื่องในหมู่เพื่อนนักเรียนนายร้อยด้วยกัน

ชั้น ๒ คราว **"ซัมเมอร์"** เดือนกุมภา-มีนา ซึ่งในการฝึกจะต้องมีการ **"นอนป่า"** ก็ขอให้มีการสงเคราะห์เพื่อน ช่วยเหลือซึ่งกันและกันบ้าง

ชั้น ๓ คราว **"ซัมเมอร์"** เดือน เมษา-พฤษภา เวลาฝึก **"โดดร่ม"** แม้ว่าจะเป็นการฝึกที่ตื่นเต้น หวาดเสียว แต่ถ้าเราสามารถควบคุมสติของตัวเราเองได้ ก็ควรจะสงเคราะห์ให้กำลังใจเพื่อนบ้าง เตือนเพื่อนอย่างที่อาจารย์ท่านบอกไว้สอนไว้ เช่น **"เก็บคอ งอเข่าเท้าชิด"** เป็นต้น

แต่ถ้าตัวเราเอง ก็ควบคุมสติตัวเองไม่ได้ เพราะการโดดร่มมันเป็นเรื่องที่น่าหวาดเสียวจริง ๆ เหมือนกัน จะต้องกระโดดออกไปอยู่ท่ามกลางเวหาอันเวิ้งว้าง มองไปทางไหนก็เห็นแต่ความว่างเปล่า จะห้ามไม่ให้กลัวก็ไม่ได้ เพราะเรื่องของความกลัวแบบนี้ ไม่ใช่เรื่องที่ผิดปกติแต่อย่างใด

ในกรณีที่ควบคุมสติตัวเองไม่ได้ ครูขอฝากไว้สำหรับพวกชั้น ๒ ที่จะขึ้นชั้น ๓ เพราะว่ากลัวหรือไม่กลัว เราก็มีหน้าที่ที่จะต้องฝึกโดดร่มอยู่แล้ว เพราะฉะนั้นควรฝึกหัดทำใจให้เป็นสมาธิเสียตั้งแต่ชั้น ๒ แล้วพอขึ้นชั้น ๓ เมื่อจะต้องฝึกโดดร่ม เราจะได้โดดอย่างสบาย ๆ

การทำจิตให้เป็นสมาธิมีวิธีหนึ่งคือการกำหนดลมหายใจ เข้า–ออก แล้วนับ

หายใจเข้านับ ๑

หายใจออกนับ ๒

นับอย่างนี้ให้เป็นคู่ ๆ กันไป จนกระทั่งถึง ๑๐ แล้วนับย้อนกลับอีก

โดยหายใจเข้านับ ๑๐

หายใจออกนับ ๙

นับอย่างนี้ให้เป็นคู่ ๆ กันไป จนกระทั่งถึง ๑

นับย้อนไปย้อนมาอย่างนี้ พร้อมทั้งกำหนดทำความรู้สึกกับลมหายใจที่มากระทบปลายจมูกด้วย

การฝึกหัดทำแบบนี้จะทำให้เป็นผู้มีความจำดีด้วย เรียนหนังสือเก่งด้วย จิตจะมีพลังดีด้วย แล้วก็นอนหลับสบายด้วย เมื่อยามที่ต้องการให้จิตรวมตัวให้เข้มแข็งก็ทำได้โดยไม่ยาก เวลามีเรื่องเถียงกับคู่รัก อยากจะยุติการถกเถียงกันนั้น เราก็หันมาทำสมาธิอย่างที่ครูเล่าให้ฟังนี้ เราก็จะหลีกเลี่ยงการถกเถียงกันไปได้อย่างสบาย ๆ ค่ะ และเมื่อถึงคราวจะฝึกโดดร่ม ก็ถอนใจยาว ๆ ลึก ๆ ความตื่นเต้นหวาดกลัวจะบันเทาเบาบางลงไปได้มากทีเดียวค่ะ

"การเดินป่า" ก็จะต้องมีกันมาตั้งแต่ปีที่ ๒ ที่ ๓ แล้ว แต่พอขึ้นปี ๔ ก็จะต้องหนักหน่อย เมื่อถูกปล่อยให้เข้าป่าตามลำพัง ก็จะต้องหาอาหาร หาน้ำสำหรับรับประทานกันซึ่งก็เต็มไปด้วยความยากลำบาก

การหาเผือกหามัน กล้วยอ้อย บางทีจะหาได้ง่ายกว่าน้ำกระมังคะ

เพราะฉะนั้นเมื่อพูดมาถึงตรงนี้ ครูก็ขอฝากไว้ หากว่าถึงเวลาเดินป่า เมื่อยามที่เหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า มีความกระหายน้ำเต็มที่ น้ำที่เตรียมไปก็หมดลงพอดี

เมื่อไปพบแอ่งน้ำเข้า ก็ขอจงได้ดื่มอย่างทะนุถนอมนะคะ ไม่ใช่ดื่มเสร็จแล้วก็ลงไปละเลงทั้งตัว หรือเอาเสื้อเอากางเกงลงไปซักไปล้าง จนน้ำขุ่นเป็นตมสกปรกไปหมด

ให้นึกถึงเพื่อนที่กำลังเดินตามมาข้างหลังบ้าง เพราะเขาเหล่านั้นก็จะต้องกระหายน้ำอย่างเดียวกันกับเราเหมือนกัน เมื่อเขามาพบแอ่งน้ำเข้า แต่กลับเป็นน้ำที่ขุ่นเป็นตม แต่ถึงกระนั้นบางคนที่กระหายมาก ๆ ก็ยังต้องดื่มน้ำที่เป็นตมนั้น

ข้อนี้ครูขอฝากไว้นะคะว่า ขอให้นึกถึง **"เพื่อน"** ของเราบ้าง เพราะการแสดงออกซึ่งน้ำใจอย่างนี้ ถึงจะเรียกว่า **"รักเพื่อน"** จริง

ครูขอแสดงความชื่นชมยินดี กับนักเรียนนายร้อย จปร.ทุกท่าน ที่มีน้ำใจเข้มแข็งอดทนฝึกหลักสูตรต่าง ๆ ทั้ง **"ซัมเมอร์"** ของนักเรียนนายร้อยปีที่ ๒ ที่ ๓ จนกระทั่งถึง **"แรงเยอร์"** ของนักเรียนนายร้อยปีที่ ๔ ส่วนปีที่ ๕ ก็คงจะสบายไปแล้วนะคะ คอยฝึกก็แต่ของจริงเท่านั้น

การฝึกหลาย ๆ อย่างต้องเสี่ยงชีวิตเป็นอย่างมากแต่ทุกท่านก็เสียสละ เพื่อจุดมุ่งหมายอันสำคัญ คือ การได้ไปเป็นนายทหารบกอันทรงเกียรติ ที่จะได้รับใช้ประเทศชาติอันเป็นที่รักยิ่งของเราสืบต่อไป

ครูเป็นผู้หญิง เป็นทหารรับใช้ประเทศชาติอย่างพวกคุณไม่ได้ แต่ครูก็รับใช้ประเทศชาติแบบที่ตนเองถนัด คือจัดรายการเผยแพร่พระพุทธศาสนาทางวิทยุบ้าง ทางโทรทัศน์บ้าง และจัดทำเทปเพลงร้องเองบ้าง เขียนหนังสือเกี่ยวกับธรรมะ จัดพิมพ์จำหน่ายเพื่อนำเงินรายได้ มอบให้หลายมูลนิธิที่เกี่ยวข้องในการปกป้องประเทศชาติ

เช่น "มูลนิธิสายใจไทย" มอบให้หลายครั้งแล้ว เป็นเงินถึง ๗๐,๐๐๐ บาท
"มูลนิธิแพทย์อาสา" เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท
"มูลนิธิโรงพยาบาลพระมงกุฎ ฯ" เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท

ครูขออวยพรให้นักเรียนนายร้อย จปร. ทุกท่าน จงมีแต่ความซื่อสัตย์สุจริต มีความรักในครอบครัว และประเทศ

ชาติของเราแบบรักเดียวใจเดียว อย่าให้หญิงอื่นมามีอิทธิพลเหนือจิตใจเรา

และขออย่าให้อิทธิพลของลัทธิอื่นใดมามีอำนาจเหนือจิตใจเราได้เช่นกัน

เพราะเมื่อคนในชาติที่เป็นบุคคลสำคัญ ๆ จิตใจมีคุณภาพดีเยี่ยมฉะนี้แล้วยากที่อริราชศัตรูจะมาทำลายประเทศชาติอันเป็นที่รักของเราได้

มีคนพูดเข้าหูอยู่บ่อย ๆ ว่า ประเทศไทยของเราก็มี **หนอนบ่อนไส้** อยู่เหมือนกัน จะหมายถึงคนไทยที่มีใจเป็นทาส **ขายความลับของชาติ** หรือเปล่าไม่ทราบ

ถึงแม้ว่าจะเป็นคำพูดที่น่าเกลียด แต่เราก็ต้องรับฟังจริงเท็จอย่างไร เราคนไทยทั้งหลายที่ใจมิได้ตกเป็นทาสของผู้ใดพึงสดับรับฟังไว้ ถ้ามีหนทางใดจะช่วยกันปกป้องได้ เราก็ต้องทำจนสุดความสามารถของเรา

สำหรับครูเองก็คงจะไม่มีน้ำยาอะไรหรอกนะคะ

คงจะต้องอาศัยบารมีของคุณนายร้อยทั้งหลาย ซึ่งก็จะต้องเป็นนายพันนายพลกันต่อไปในวันข้างหน้า ถึงแม้ครูจะไม่ขอร้อง พวกคุณก็คงจะเต็มใจปกป้องกันอยู่แล้ว เพราะว่า

หากสยามยังอยู่ยั้ง ยืนยง
เราก็เหมือนอยู่คง ชีพด้วย
หากสยามพินาศลง ไทยอยู่ ได้ฤๅ
เราก็เหมือนมอดม้วย หมดสิ้น สกุลไทย

ก่อนจบคำบัรรยายในวันนี้ ครูขอฝากข้อคิดที่สำคัญ ๆ ไว้ให้แก่พวกคุณนักเรียนนายร้อยทั้งหลาย เพราะครูอาจจะไม่มีเวลามาพูดที่นี่อีกก็ได้ เมื่อวันนี้มีโอกาสแล้วก็ขอฝากไว้เสียเลย

การออกฝึกปฏิบัติตามฐาน

พวกนักเรียนนายร้อยปีที่ ๕ เมื่อต้องออกไปฝึกตามฐานต่าง ๆ อย่าใจร้อนวู่วามนัก นะคะ ครูเคยได้รับฟังจากคำบอกเล่าของพวกที่ไปกล่อมขวัญผู้ปฏิบัติราชการชายแดน ตามฐานต่าง ๆ นี่แหละค่ะ

ก่อนที่พวกนักร้องนักแสดงจะเข้าแสดงยังฐานทั้งหลาย พวกทหารเขาก็จะเคลียร์พื้นที่ให้ พอแสดงเสร็จจะเดินทางกลับ เขาก็จะเคลียร์พื้นที่ให้อีก บางทีเพิ่งดูการแสดงจบไปหยก ๆ ยิ้มหัวกันอยู่หยก ๆ พอออกไปเคลียร์พื้นที่ได้สักครู่ หามกลับมายังฐานแล้ว เลือดอาบไปทั้งตัว บางทีก็ตาย บางทีก็บาดเจ็บสาหัส หรือบางทีก็พิการในที่สุด

ในบรรดาผู้บาดเจ็บหรือเสียชีวิตเหล่านี้ บางทีก็มีนักเรียนนายร้อยปีที่ ๕ รวมอยู่ด้วยและมีอยู่บ่อย ๆ

ผู้เล่าบอกกับครูว่า นักเรียนนายร้อยเหล่านี้ มีเลือดรัก-ชาติรุนแรง อยากจะสู้อยากจะรบกับศัตรูของประเทศชาติ แต่เนื่องจากยังมีประสบการณ์ด้านปฏิบัติจริง ๆ น้อยอยู่ จึงทำให้ต้องได้รับบาดเจ็บหรือล้มตายไปอย่างน่าเสียดาย

ครูจึงขอนำมาเล่าสู่กันฟัง เพื่อให้พวกเราได้มีความระมัดระวังตัวกันให้มากขึ้น

ครูรู้สึกซาบซึ้งในความรักชาติรักประเทศของพวกเราค่ะ แต่ก็อยากจะให้คอยดูรุ่นพี่ ๆ เขาไปก่อน จนกว่าเราจะได้ประสบการณ์จากการปฏิบัติของรุ่นพี่ ๆ มากขึ้นแล้ว จึงค่อยแสดงด้วยตนเองอย่างเต็มที่ต่อไป

เมื่อเป็นนายทหารแล้ว

มีผู้เล่าให้ฟังว่า เมื่อเร็ว ๆ นี้เอง นายทหารที่เพิ่งจบไปใหม่ ๆ ไปขัดขวางคนทำความชั่วในวงราชการ ทำให้พวกคนชั่วต้องเสียผลประโยชน์ไป เลยถูกพวกนั้นเก็บเสียเลย น่าเสียดายชีวิตมาก คนดี ๆ ทำไมถึงตายง่ายตายดายนัก ที่คนทำความชั่วไม่รู้ว่ากระดูกทำด้วยเหล็กหรือยังไง ตายยากตายเย็นจริง ๆ หรือยมบาลรังเกียจก็ไม่ทราบ

การจะจัดการกับคนที่ทำชั่วทำทุจริตในวงราชการ อย่าหักด้ามพร้าด้วยเข่า เราต้องฉลาดทำ ต้องหาพรรคหาพวก ต้องเข้าหาผู้ใหญ่ ต้องทำให้แนบเนียน กระโตกกระตากไม่ได้ ต้องแอบทำซ่อนทำ หาข้อมูลให้ได้มาก ๆ จนดิ้นไม่หลุดแล้วค่อยจัดการ

แต่จะทำลำพังผู้เดียว หรือจำนวนนิดหน่อยไม่ได้ เพราะคนชั่วบางทีเขาก็ทำกันเป็นทีม แล้วก็ทำกันมานาน เพราะฉะนั้นถ้าใครไปขัดผลประโยชน์เขา ๆ ก็ฆ่าก็เก็บได้ง่ายดาย

พวกเราต้องไม่ลืมว่า ชีวิตของเรานั้นมีคุณค่าสำหรับประเทศชาติ

มีความหมายสำหรับ พ่อแม่ ลูกเมีย

กว่าจะเรียนจบออกมาเป็นนายร้อยตรีแต่ละคนแสนยากลำบากแค่ไหน ทุกคนรู้ดีอยู่แก่ใจ เพราะฉะนั้นเราควรได้ทำประโยชน์ให้คุ้มค่าก่อนที่จะตายจากโลกนี้ไป ไม่ใช่ต้องมาตายลงด้วยน้ำมือของผู้ที่ทำชั่วแบบนี้ มันไม่สมน้ำสมเนื้อกัน

อย่าตกเป็นทาสของยาเสพติดและการพนัน

มีผู้เล่าให้ครูฟังว่า ฝ่ายตรงกันข้ามกับเรา เขาพยายามที่จะมอมเมายาเสพติดให้กับพวกทหารของเรา ทั้งนี้เพื่อให้ทหารของเราได้ติดยาเสพติดกันมาก ๆ กองทัพของเราจะได้อ่อนแอ และตกเป็นทาสของเขาได้ง่ายดายไงคะ ถ้าเรื่องนี้เป็นความจริงก็แย่เลย

เพราะคนที่ตกเป็นทาสของยาเสพติดแล้ว สามารถเป็นทาสรับใช้ของใครก็ได้ยอมทำทุกอย่างเพื่อให้ได้ยาเสพติดมาเสพเท่านั้น

ข้อนี้ครูรู้ดี จากการที่ได้เคยไปอบรมเด็กต้องโทษชายหญิงที่บ้าน "เมตตา และบ้านปราณี" พวกเขาสารภาพให้ฟังว่า เขาทำอะไร ๆ ได้ทุกอย่างแม้แต่การให้ไปฆ่าคนเพียงเพื่อแลกกับยาเสพติดเท่านั้น

เพราะฉะนั้น ครูจึงได้ขอร้องไว้ก่อนว่า อย่าได้ไปตกเป็นทาสของยาเสพติดเข้าเป็นอันขาด เพราะเราอาจจะหลงผิดไปทำสิ่งที่เลวร้ายเข้าได้

และแม้การตกเป็นทาสของการพนันก็เช่นกัน เพราะการพนันทุกอย่าง ผู้เล่นมีสภาพเหมือนถูกผีสิง หลงใหลมัวเมา ได้แล้วก็มีใจฮึกเหิมอยากจะให้ได้อีก เมื่อแพ้แล้วก็รุ่มร้อนอยากจะแก้ตัวใหม่

ในที่สุดก็จะต้องเป็นหนี้เป็นสินเขาคราวนี้เงินที่ได้โดยสุจริตไม่พอใช้ ก็อาจจะหลงผิดไปทำทุจริตได้ง่าย ๆ

และถ้าหากว่าเราได้ตกไปเป็นทาสของทั้งสองอย่างนี้แล้ว หรือเพียงอย่างใดอย่างหนึ่ง เราก็อาจจะตกเป็นทาสของคนต่างชาติที่ใช้เงินหว่านได้ง่าย ๆ เหมือนกัน

ควรมีความกตัญญู–กตเวที ต่อชาติที่รักของเรา

ครูทราบว่าโรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า กว่าจะผลิตนักเรียนนายร้อยจบออกมาแต่ละคน จะต้องสิ้นเปลืองเงินของชาติเป็นอันมาก เพราะฉะนั้นเราจึงควรจะมีความกตัญญูรู้คุณพร้อมทั้งตอบแทนคุณแก่ประเทศชาติ ด้วยการประพฤติตนเป็นคนซื่อสัตย์สุจริตจึงจะสมควร

ชีวิตของคนเรานั้นจะอยู่ในโลกนี้ได้ คนหนึ่งอย่างมากก็ไม่เกินร้อยปี การรับราชการรับใช้ประเทศชาติ ท่านก็มีเงินเดือนให้เรากินเราใช้พอเหมาะพอสมอยู่ หากคนใดหวังร่ำรวยทางลัดทำทุจริตคิดมิชอบอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมเป็นการ **"เนรคุณ"** ต่อประเทศชาติ **"อกตัญญู"** ต่อผู้มีพระคุณเหมือนกินบนเรือน แล้วถ่ายรดบนหลังคา

เงินทองถึงจะโลภโมโทสันสะสมไว้มากมายเพียงไร ตายแล้วก็เอาไปไม่ได้

เงินที่ได้มาด้วยความสุจริต จึงจะเป็นเงินที่มีค่าควรแก่การภูมิใจ จริงไหมคะ

ครูขอส่งท้ายรายการด้วยการร้องเพลงที่เชื่อแน่ว่า นักเรียนนายร้อย จปร. ทุกท่านจะต้องชอบ นั่นก็คือ เพลง **"จากยอดดอย"**

ค่ะ ! เสียงปรบมือที่หนักแน่นอย่างนี้เป็นการยืนยันว่า **ชอบ** เพลง **จากยอดดอย**

ครูขอประกาศนามท่านผู้ประพันธ์เพลงก่อน ผู้เขียนคำร้อง ซึ่งถ่ายทอดมาจากหัวใจจริง ๆ คือ **พันโท ณรงค์เดช โพธินันท์เดช** ผู้ประพันธ์ทำนองก็เขียนมาจากหัวใจจริง ๆ เหมือนกัน , ท่านผู้นั้นก็คือ **อาจารย์แมนรัตน์ ศรีกรานนท์** ส่วนครูผู้ขับร้อง ร้องเพลงนี้ทีไร คอมันตีบตันทุกที เพราะสงสารท่านที่อยู่ชายแดนอย่างจับใจ

จากยอดดอย

จากยอดดอยแดนไกลใครจะเห็น
ยากลำเค็ญเพียงใดใจยังมั่น
จะปกป้องผองไทยชั่วนิรันดร์
สิ้นชีวันก็ยังห่วงหวงแผ่นดิน

ด้วยหน้าที่ชีวิตรับผิดชอบ
คือคำตอบที่ลบอยู่มิรู้สิ้น
ความภูมิใจลึกล้ำดำอาจินต์
รักแผ่นดินรักเกียรติศักดิ์นักรบไทย

คิดถึงยอดหฤทัยใจจะขาด
แต่ไม่อาจตัดใจทิ้งไปได้
ด้วยหน้าที่ศรัทธาพาใจกาย
คงความหมายเกินค่ากว่าชีวี

ส่งใจข้ามขอบฟ้าห่วงหาเสมอ
หวังเพียงเธอคิดถึงผู้อยู่ที่นี่
ขอให้รอวันรุ่งของพรุ่งนี้
ฟ้าคงมีพรชัยให้กับเรา

ครูขอปิดท้ายคำบรรยายในวันนี้ด้วยคำอวยพรขอให้นักเรียนนายร้อย จปร. ทุกท่านที่ประพฤติดีปฏิบัติชอบได้ประสบความสำเร็จอย่างสูงในชีวิต และได้เป็นนายกรัฐมนตรีทุกคนนะคะ สวัสดีค่ะ

แผ่เมตตา

ก่อนท่านนอนหลับไปในคืนนี้
ขอจงตั้งดวงฤดีไว้ให้มั่น
คิดถึงกุศลผลแห่งดีที่ผูกพัน
จิตตั้งมั่นแน่วแน่แล้วแผ่ไป

แผ่เมตตาทั่วไปให้คนอื่น
ทั้งรักชื่นเกลียดชังแต่ครั้งไหน
ขอให้เขาได้ดีมีสุขใจ
อย่าหวั่นไหวแม้อมิตรที่คิดชัง

แล้วใจเราจะสบายคลายเร่าร้อน
เพราะจิตผ่อนความเครียดแต่หนหลัง
อนีฆา สุขี อัตตานัง
ห่างทุกขังด้วยเพราะจิตคิดดีเอย.

พูลศรี เจริญพงษ์

ใครผิด

ของ ท.เลียงพิบูลย์

หลังจากข้าพเจ้าได้พบเพื่อนรุ่นพี่คนหนึ่งในงานอุปสมบททางฝั่งธนบุรีเมื่อครั้งที่แล้ว และได้นำเรื่อง "ทางผิด" มาเล่าสู่กันฟังแล้ว ต่อมาข้าพเจ้าได้มีโอกาสพบท่านผู้นี้อีกหลายครั้ง และก็ได้เรื่องทั้งสมัยเก่าและใหม่มาเล่าสู่กันฟัง เพื่อจะได้พิจารณาหาเหตุผลเรื่องของคุณพี่ที่ได้สนทนากับข้าพเจ้าครั้งนั้น ถอดได้ใจความเป็นคำสนทนาระหว่างเราสองคนดังนี้ :-

เช้าย่ำรุ่งวันหนึ่ง ขณะที่พี่กำลังหลับสนิทเพราะอากาศกำลังเย็นสบาย เด็กเข้ามาปลุกบอกว่ามีคนมาหา มีธุระร้อนต้องการพบด่วน พี่ตกใจตื่นลุกขึ้นจากที่นอน นึกในใจว่าคงจะมีเหตุการณ์อะไรที่ไม่เป็นมงคลเกิดขึ้นกับญาติพี่น้อง หรือเพื่อนฝูงที่สนิทชิดชอบเป็นแน่เพราะไม่เคยมีคนมาปลุกแต่เช้าเช่นนี้มาก่อน เมื่อลุกขึ้นออกจากห้องนอนด้วยความเป็นห่วงและร้อนใจ ไม่ทันจะล้างหน้าและแปรงฟันเพราะอยากรู้ข่าวโดยเร็ว เมื่อออกจากห้องก็พบชายผู้หนึ่งมานั่งคอยพบ ชายผู้นี้ พี่จำได้ว่าเคยรู้จักกันมานานแล้ว แต่นึกชื่อไม่ออกเพราะไม่ค่อยจะสนิทสนมกัน และพบกันบ่อยนัก เคยได้ข่าวว่าชายผู้นี้ เมื่อครั้งสงครามโลกครั้งที่สองได้ทำการค้าขายติดต่อกับกองทัพญี่ปุ่นที่อยู่ในประเทศไทยทำให้เกิดร่ำรวยขึ้นอย่างรวดเร็ว สิ่งใดที่ได้มาง่ายรักษาไม่ดีก็ย่อมไปง่ายเหมือนกัน ต่อมาจึงได้ข่าวว่าแกใช้จ่ายเงินอย่างฟุ่มเฟือย หลงความสนุกสนานเพลิดเพลินไปด้วย **สุรา นารี พาชี กีฬาบัตร** หมดเปลืองไปอย่างไม่เสียดาย หลังจากสงครามสงบไม่นานนักก็ได้ข่าวว่า การเงินของแกไม่สู้จะดีนัก เงินที่ได้จากการค้าเมื่อสมัยสงครามก็ค่อยหมดไป.....หมดไป.......หนี้สินเกิดตามมาภายหลังจากเงินหมด ต่อมาก็ไม่ทราบข่าวอีกเลย ชายผู้นี้กับพี่เป็นแต่เพียงรู้จักกันเผิน ๆ เคยรู้จักกันที่สโมสร และไม่เคยมีธุรกิจอะไรติดต่อกันมาก่อน บัดนี้ แกมานั่งอยู่ตรงหน้า อ้างว่ามีธุระ

สำคัญพอเห็นพี่ก็เดาถูกว่าชายผู้นี้มาหาเพื่อต้องการสิ่งใด รู้ก่อนที่แกจะเอ่ยปากพูด ทำให้เสียดายเวลานอน เพราะกำลังหลับสบาย

เมื่อได้ทักทายปราศรัยตามหน้าที่ของเจ้าของบ้าน และถามความประสงค์สิ่งใดจึงมาแต่เช้าตรู่ เช่นนี้ ชายผู้นั้นรีบตอบว่า

"ผมมีธุระร้อนเรื่องสำคัญ ที่ต้องมากราบเท้าขอรบกวนคุณแต่เช้า คือผมกำลังจะเดินทางไปหาคุณแม่ผมซึ่งป่วยหนักอยู่ต่างจังหวัด แต่ผมขาดเงินค่าเดินทาง อยากมารบกวนกราบเท้ายืมจากคุณ ผมเดือดร้อนจริง ๆ คุณแม่ผมป่วยหนักมาก เป็นตายเท่ากัน ผมอยากจะรีบขึ้นรถไฟเช้าวันนี้เพื่อได้ทันเห็นใจ"

พี่ได้ถามถึงที่อยู่ และชื่อผู้ป่วย เงินที่ต้องการ แกรีบตอบว่า

"คุณแม่ผมชื่อ..........อยู่ที่..........จังหวัด..........กรุณาให้ผมยืมสักสามร้อยเถิดครับ ต้นเดือนหน้าผมจะนำมาใช้ให้คุณ ผมไม่เหลวไหล เชื่อผมสักครั้ง นึกว่าช่วยไว้เอาบุญ"

เมื่อพี่มาคิดดูว่า นายคนนี้พี่ได้ทราบข่าวในทางไม่สู้ดีนัก เมื่อคิดถึงเหตุผลที่อ้างก็พอจะฟังได้ แต่นิสัยไม่น่าไว้วางใจเลย ฉะนั้น เหตุผลจึงไม่มีน้ำหนักพอ สำหรับพี่ อดคิดไม่ได้ว่าแกคงไปกวนเพื่อนฝูงที่สนิทกันจนไม่มีใครเขากล้าจะช่วยแล้ว จึงได้มาหาเราซึ่งไม่ค่อยจะคุ้นเคยกันมากมายนัก ถ้าไม่เช่นนั้นก็คงไปเที่ยวหลอกลวง ใช้คำพูดอ้างเหตุผลซ้ำ ๆ อย่างเดียวกันในที่มีคนรู้จัก ขอความเห็นใจหลายแห่ง คงจะมีคนเชื่อเห็นใจสงสาร คงจะรวบรวมเงินได้มาก แต่มาคิดดูอีกที เมื่อเขาอุตส่าห์มาแต่เช้าตรู่ เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมเหตุผล ออกปากอ้างว่ามารดาป่วยหนักเช่นนี้ ถ้าเป็นจริงก็ควรจะให้ความเห็นใจ ถ้าไม่จริงบาปนั้นก็ย่อมจะตกอยู่กับตัวแกเอง ที่เอาแม่ซึ่งเป็นผู้มีพระคุณสูงสำหรับเราชาวพุทธมาอ้างว่าป่วยหนัก อันไม่เป็นมงคลเช่นนี้

บัดนี้ปัญหาที่จะตัดสินใจมีอยู่เพียงสองทางคือ จะให้หรือไม่ให้เท่านั้น เพราะเงินเท่านี้พอช่วยกันได้ถ้าเป็นความจริง แต่เมื่อให้ไปแล้วต้องลืม ไม่ต้องนึกถึงเงินจำนวนนี้ให้เกิดทุกข์ใจอีกต่อไป เมื่อย้อนมานึกถึงตัวเองบ้างว่า สมมุติว่าแม่เราป่วยมีความทุกข์ร้อนอยากไปหา แต่ไม่มีเงินจะทำอย่างไร เมื่อคิดถึงอกเขาอกเราได้เช่นนี้แล้ว พี่จึงตกลงใจให้เงินที่แกต้องการโดยมิได้แสดงกิริยารังเกียจ หรือให้เพื่อซื้อความรำคาญอย่างเสียมิได้ คิดว่าถ้าเราจะให้ก็ให้ด้วยความเต็มใจและยินดี และถ้าไม่ให้ก็บอกเด็ดขาด ไม่ต้องให้เขาเสียเวลาอ้อนวอนต่อไป เมื่อชายผู้นั้นได้รับเงินจำนวนที่ต้องการแล้ว ก็รีบลาออกจากบ้านทันที

บังเอิญเย็นวันนั้น พี่มีเพื่อนอยู่ต่างจังหวัดมาหาที่บ้าน เพื่อนผู้นี้เป็นคนที่ชอบพอรักใคร่กันมาก เมื่อครั้งที่พี่เดินทางไปต่างจังหวัด ก็ได้รับการต้อนรับจากเพื่อนผู้นี้อย่างดียิ่ง บัดนี้เพื่อนได้มาหาถึงบ้าน เป็นโอกาสที่พี่จะได้ต้อนรับตอบแทนความดีที่เคยมีต่อพี่ และนาน ๆ เพื่อนจึงจะได้มีโอกาสเข้ากรุงสักครั้ง การต้อนรับก็อยากให้ถูกกับอารมณ์และความประสงค์ และให้ได้รับความสนุกสนานเป็นที่ถูกอกถูกใจของเพื่อนเป็นข้อใหญ่ พี่อยากจะพาไปหาอาหารค่ำทานลำพังเราสองคน จึงออกปากชวนและให้เป็นผู้เลือกสถานที่สุดแต่ต้องการ อาหารแบบไหนและต้องการไปที่ใด ทั้งไทย จีน ฝรั่ง แขก ให้เลือกตามชอบใจ เพื่อนจึงขอร้องให้พาไปในสถานที่ที่มีดนตรี และมีนักร้องที่มีชื่อเสียง เมื่อเพื่อนขอร้องเช่นนี้พี่ก็รู้สึกหนักใจมาก เพราะหลังสงครามโลกครั้งที่สองแล้ว พี่ไม่เคยเข้าไปในสถานที่เหล่านี้อีกเลย ทั้งอายุก็มาก สังขารไม่เหมาะสมที่จะใช้ไปในทางนี้ เพราะเห็นว่ามีแต่ทางขาดทุนในเวลาผ่านของชีวิต **เป็นทางไปหมกจมอยู่ในกองกิเลส** เวลาที่มีเหลืออยู่น้อยแล้วก็อยากจะใช้ไปในที่เป็นประโยชน์ และเป็นกำไรแก่ชีวิตในบั้นปลาย คือใช้เวลาสนใจศึกษาทางธรรมเพื่อให้พ้นจากทุกข์ในโลกนี้ ครั้นจะบอกเพื่อนตรง ๆ ว่า สถานที่เหล่านี้พี่หมดความรู้สึกสนุกสนาน และได้เลิกไปเที่ยวมานานแล้ว ใครเขาจะเชื่อ เพื่อนก็คงมองไปในแง่ว่าเป็นคนใจคอคับแคบทั้งตัวเองเป็นเจ้าของบ้าน และได้ออกปากให้เพื่อนเลือกสถานที่ทานอาหารได้ตามชอบใจ ครั้นเพื่อนต้องการขอร้องให้พาไปหาสถานที่หย่อนใจเช่นนั้น ก็ไม่อยากเสียคำพูดให้เพื่อนผิดหวัง เราจึงออกจากบ้านข้ามมาทางฝั่งพระนคร นึกหนักใจไม่รู้จะไปที่ไหนดี แต่คิดอีกทีว่า มีเงินอยู่ในกระเป๋าคงไม่มีอะไรยากในทางโลก เพื่อนก็คงไม่รู้ว่าพี่เวลานั้นเหมือนบ้านนอกเข้ากรุง เราจึงเดาสุ่มเข้าไปในสถานที่แห่งหนึ่ง ซึ่งได้ยินแต่ชื่อมาก่อน ภายในตกแต่งประทีปโคมไฟหลากสีไว้อย่างสวยงาม เป็นที่สะดุดตากับผู้ที่เข้าไปหย่อนใจ มีเครื่องดื่มและอาหารพร้อมทั้งดนตรี

เราสองคน เลือกได้โต๊ะที่นั่งห่างไกลจากสายตาคนอื่น เป็นมุมหนึ่งที่มีเหลี่ยมเสาบัง เห็นหน้านักร้องที่ออกมายืนร้องเพลงไม่ถนัดนัก จึงไม่ค่อยเป็นที่สนใจของผู้อื่น เมื่อยังมีโต๊ะอื่นพอที่จะเลือกได้ วงดนตรีทำเพลงคลอ นักร้องสาวออกมาร้อง ทั้งเพลงไทยและเทศพร้อมทั้งแสดงท่าทางหน้าตาอันยิ้มแย้ม เสียงของนักร้องหน้าแฉล้มตาหวานนี้เป็นเสน่ห์เพราะมีผู้ตบมือแสดงความพอใจ เมื่อเพลงจบลง นอกนั้นก็มีเสียง เปิดแชมเปญ เปิดเบียร์ เสียงเปิดโซดา รินลงแก้วผสมกับเหล้าตามโต๊ะมีทั้งชายหญิงสรวลเสเฮฮาสนุกสนานทั้งสุราและอาหาร และได้กลิ่นน้ำหอม ซึ่งหญิงสาวที่แต่งกายฉูดฉาดด้วยแพรพรรณ และเครื่อง

ตบแต่งของมีค่าเดินผ่านไปมา ทั้งกลิ่นควันบุหรี่ ซึ่งฉุนเข้าจมูกจากผู้นั่งโต๊ะใกล้เคียง กำลังออกมาอย่างสบายใจ ไม่สนใจกับผู้อื่นว่าจะรู้สึกอย่างไร เราได้สั่งอาหารชุดสำหรับสองคน ราคาอาหารและเครื่องดื่มรู้สึกจะแพงกว่าธรรมดามาก ขณะนั้นรู้สึกว่าบรรยากาศรอบตัวจะไม่เหมาะสมกับวัยของผู้ที่ต้องการความสงบ เหมาะสำหรับผู้ที่อยู่ในวัยหนุ่มสาว แม้เราจะได้เห็นสุภาพบุรุษสูงอายุบางท่านที่เกิน ๕ รอบไปนานแล้ว ยังแสดงท่ากระชุ่มกระชวย พร้อมที่จะเต้นรำกับสาว ๆ วัยรุ่น เพื่อที่จะแสดงให้เห็นว่า ฉันยังแข็งแรง ยังไม่แก่ รู้สึกว่าท่านมีความชุ่มชื่นสนุกสนานใน **รูป เสียง กลิ่น รส** ไม่แพ้พวกหนุ่ม ๆ คงคิดว่า การทำเช่นนี้จะทำให้แข็งแรงอายุยืนยาวไปอีกนาน ถ้าหากหัวใจจะไม่ชิงวายไปเสียก่อน เป็นธรรมดาอยู่เองที่คนเราย่อมมีความรู้สึกในทางจิตใจไม่เหมือนกัน สังขารไม่ใช่จะเป็นเครื่องหมายวัดความรู้สึกทางจิตใจ การกระทำเท่านั้นที่จะแสดงออกมาของความรู้สึก เมื่อคุณพี่เล่ามาถึงเพียงนี้ แล้วก็หันมาจ้องหน้าข้าพเจ้าแล้วพูดต่อไปว่า

"เธอก็รู้ดีว่า พี่ต้องการความสงบ กำลังศึกษาชีวิตบั้นปลาย เธอคงคิดว่า การที่พี่เข้ามาสนุกสนานมั่วสุมกันในสถานที่นี้ จะขัดกับศีลห้าที่ได้ปฏิบัติตามหลักศีลธรรมในทางศาสนาหรือไม่ข้อนี้พี่พิจารณาดูแล้วเห็นว่า การที่เราเข้ามาในสถานหย่อนใจหาความบันเทิงเช่นนี้ ถ้าเราไม่ดื่มเครื่องดองของเมาเราไม่เที่ยวคุยมุสาหลอกลวงใครก็ไม่มีอะไรขัดกับศีลห้า เพราะไม่ได้มีข้อห้ามฟังเพลง การหาความบันเทิง การที่พี่ได้เข้าไปในสถานที่สนุกสนานครั้งนั้น ทำให้พี่ได้มีโอกาสพิจาณาดูตัวของตัวเอง และผู้ที่อยู่ในสถานที่นั้น นับเป็นความรู้สึกที่เป็นประโยชน์ทางจิตใจ รู้ตัวว่าความสนุกสนานได้หมดไปแล้ว พุทธศาสนาสอนเราว่าการเห็นอะไร ดูอะไร อย่าดูอย่างผิวเผิน ดูให้ลึกลงไป จงใช้สติปัญญาพิจารณาดู ปลงให้ถึงแก่นของความจริง ถ้าเรามีสติพิจารณา รู้ถึงแก่นของความจริงแล้วก็จะไม่หลงใหลงมงายในความสนุกสนาน หลงหาความสำราญใน รูป เสียง กลิ่น รส เป็นของไม่แน่นอนเปลี่ยนแปลงได้ทุกเวลา จงมองให้ทะลุจนเห็นว่าความสุขสนุกสนานในทางโลกนี้เป็นความสุขจอมปลอม ซึ่งแฝงความทุกข์อยู่เบื้องหลัง สถานที่เหล่านี้ ความจริงเป็นสถานที่เพิ่มพูนกิเลสทางจิตใจให้จมลึกลงไปอย่างงมงาย จะเป็นแสงสีของไฟที่ตบแต่งให้เป็นสีสวยงาม เพื่อย้อมจิตใจแก่ผู้ที่ได้เข้าไปเห็น สภาพภายในก็ดี เสียงดนตรีบรรเลงเพลงที่ไพเราะทั้งไทยและเทศสลับกับไฟหรี่และสว่าง เพื่อให้เกิดอารมณ์เปลี่ยนแปลงไปตามเพลงก็ดี นักร้องสาวผิวนวลหน้าแฉล้มเสียงเสน่ห์ ซึ่งผลัดกันออกมาอวดโฉม อวดเสียงอันไพเราะก็ดี ฟังดูแล้ว บางเพลงมีเนื้อร้องแฝงซึ่งคำอนาจาร มีจังหวะ ร้อนแรง ผู้ร้องแสดงท่าทาง ยั่วยุอารมณ์ ให้เกิด

กามกิเลสพุ่งขึ้น คล้ายกับเอาน้ำมันไปราดในกองไฟ ทำให้หนุ่มสาวบางคนไวต่อความรู้สึก เมื่อฟังเนื้อเพลงที่เย้ายวนเกิดอารมณ์ร้อน เกิดความรู้สึกในทางเพศ **สุรา เป็นเครื่องย้อมใจให้กล้าพอที่จะทำลายศีลธรรม และวัฒนธรรมอันดีงามเสียสิ้น** ความตึงเครียดเกิดขึ้นทางจิตใจ ความเมาทำให้หมดความยั้งคิดเกิดเห็นแก่ตัว ทำตามความรู้สึกฝ่ายต่ำทางมัวเมา ในที่สุดก็ละเมิดศีลข้อ กาเมสุมิจฉา ฯ ซึ่งท่านห้ามไม่ให้ผิดลูกผิดเมียของผู้อื่นที่เขาหวงแหนก็ลืมหมดทุกสิ่ง แพ้ต่อสิ่งที่เย้ายวนได้ยินได้เห็นจิตใจก็ออกนอกทางไกลจากศีลธรรมและศาสนา ที่สุดปัญหาทารกก็เกิดขึ้นอย่างลึกลับ ซึ่งไม่ใช่ความปรารถนาของผู้ที่จะเป็นมารดา เพราะเกิดมาด้วยความหลงระเริงจนลืมตัว ผิดลูก ผิดเมีย ผิดคู่ เพราะเห็นผิดเป็นชอบ เข้าใจว่าการกระทำนั้นเป็นความสุขความสำราญ ก็กลายเป็นความขมขื่น ความทุกข์ก็แทรกเข้ามาแทนทรมานจิตใจอย่างยืดยาว มันไม่สมดุลย์กับความเริงสนุกความสำราญที่ได้รับ ผลที่สุดก็เกิดความอับอาย ที่ใจแข็งอาฆาตโกรธแค้นก็เกิดการฆาตกรรม ตามล่าล้างแค้นต่อชายที่ไม่ต้องการลูกต้องการเมีย ที่ใจอ่อนก็ทำอัตตวิบาตกรรม เหตุการณ์เหล่านี้เกิดขึ้นซ้ำ ๆ ซาก ๆ ตัวตายตัวแทนไม่สิ้นสุด นี่ก็เป็นมุมหนึ่งทางโลกในหลายมุม ที่ได้ทำลายศีลธรรมอันดีงามแก่ผู้ที่อ่อนต่อโลกอ่อนต่อศีลธรรม ที่เห็นผิดเป็นชอบ เพราะอำนาจฝ่ายต่ำ ตามใจตัวเองเกินไป เห็นยาพิษเป็นน้ำทิพย์หรือน้ำอมฤต เมื่อเสพเข้าไปแล้วก็จะเกิดทุกข์ เกิดโทษ ทรมานจิตใจ ทำลายทุกสิ่งในชีวิตความหวาน ความสดชื่น ความสำราญเพลิดเพลิน เมื่อแรกที่ได้รับบัดนี้หายสูญสิ้นไปแล้ว ไม่มีวันจะกลับคืนมาได้

สิ่งจะช่วยได้ก็คือธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ช่วยให้พ้นจากความทุกข์อันนี้ได้ หากได้พยายามพิจารณาให้ถี่ถ้วน ปฏิบัติตามคำสอนอันถูกต้องแล้ว ก็จะประสบความสุขอันแท้จริง ชาวโลก เข้าใจว่า **รูป รส กลิ่น เสียง** ความต้องการคือความสุข หลงใหลสถานที่บันเทิงเช่นนี้ มีผู้พากันมาหย่อนใจมิได้เลือกชั้นวรรณะชาติใด ภาษาใด ขอแต่ให้มีเงินจ่ายอย่างไม่จำกัดเท่านั้น ก็จะได้รับการต้อนรับเป็นอันดี

ฉะนั้น จึงมีคนทุกชั้นทุกภาษา ทั้งคนดีและคนไม่ดี ทั้งคนชอบเมาและไม่ชอบเมา มีทั้งดีและชั่ว สุภาพเรียบร้อย และไม่สุภาพ และพวกที่เมาแล้วเกะกะ สิ่งที่เหมือนกันก็คือต้องมีเงินจ่ายอย่างไม่จำกัด

คืนนั้น ขณะที่พี่กำลังรับประทานอาหารที่บ๋อยจัดมาให้ และพิจารณาสิ่งแวดล้อมในสถานที่นั้น จดจำเหตุการณ์ไว้โดยมิให้ผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ ไม่นานนักเราก็พบชาย

หญิงคู่หนึ่ง ท่าทางของชายผู้นั้นออกจะเมามาก หญิงสาวต้องครึ่งจูงครึ่งประคอง เดินผ่านโต๊ะที่นั่งของเราโดยไม่สนใจเสียงชายผู้นั้นบ่นเอะอะตามอารมณ์คนเมาว่า

"มันดูถูกกูมากนัก มันปิดบัญชี ให้จ่ายเก่าเสียก่อน วันนี้กูไม่ง้อมัน กูมีเงินสดจะไปกินที่ไหนก็ได้"

เมื่อได้ยินเช่นนั้น พี่จึงมองดูหน้าชายผู้นั้น ก็ต้องสะดุ้ง เพราะจำได้ว่าเป็นชายคนเดียวกับไปที่บ้านตอนเช้าตรู่วันนี้เอง เพื่อยืมเงินไปเยี่ยมมารดาต่างจังหวัด ซึ่งอยู่ห่างไกลจากกรุงเทพ ฯ เป็นทางที่ไม่สามารถจะไปกลับในวันเดียวได้ พี่เดาเหตุการณ์ของชายผู้นี้ได้ถูกต้องก็เศร้าใจอย่างที่สุด พี่มิได้เสียดายเงินที่ให้ไปหรอกนะ เสียดายชีวิตของแกที่จมลึกลงไปในทางชั่ว ยากที่จะถอนจากหล่มชั่วได้ พี่ไม่ได้โกรธแต่เศร้าอย่างบอกไม่ถูก เมื่อทานอาหารเสร็จแล้ว ก็รีบชวนเพื่อนออกจากสถานที่นั้น ทั้งที่เพื่อนกำลังเพลินสบายอารมณ์กับเสียงเพลงและคนร้อง เขารีบตามพี่ออกมาด้วยความสงสัย

เหตุการณ์ครั้งนั้นผ่านไปไม่นานนัก เย็นวันหนึ่งเด็กมาบอกว่ามีคนมาหานั่งรอที่ห้องรับแขก เมื่อพี่เข้าไปพบชายผู้ที่เคยมาแต่เช้าตรู่ และพบในสถานบันเทิงหย่อนใจในคืนวันเดียวกัน แกนั่งรออยู่ด้วยกิริยาทุรนทุราย พอพี่เข้าไป แกลุกขึ้นอย่างร้อนรน ยังไม่ทันจะถามอะไร แกก็รีบพูดขึ้นมาก่อนว่า

"คราวนี้ผมได้รับความเดือดร้อนมากเหลือเกิน กรุณาช่วยผมอีกครั้งเถิดครับมารดาผมป่วยมาก หมอแนะนำว่า ถ้าไม่นำมาทำการรักษาทางกรุงเทพ ฯ ก็หมดหวัง ถ้าปล่อยให้อยู่บ้านนอกคงตายแน่ แต่ผมจนใจเหลือเกิน เพราะไม่มีเงินค่าพาหนะรับมา ต้องมารบกวนคุณอีกครั้งหนึ่งขอให้เห็นใจผมเถิด ผมไม่เห็นใครเป็นที่พึ่งอีกแล้ว หมอทางจังหวัดได้เร่งให้ผมนำส่งโรงพยาบาลกรุงเทพ ฯ ด่วน เพราะทางจังหวัดไม่มีเครื่องมือเพียงพอ"

พี่นิ่งฟังแกด้วยความสงบ ปล่อยให้แกระบายเหตุผลจนจบก่อน เพราะตั้งใจไว้ตั้งแต่เห็นหน้าแกแล้วว่าจะไม่ยอมช่วยเหลือแกอีกเป็นอันขาด เพราะคราวก่อนแกอ้างเหตุผลแล้วก็นำเงินไปกินเหล้าเที่ยวเตร่อย่างสบาย เงินที่ให้ไปนั้นช่วยให้คนเลวลงมิใช่ช่วยให้คนดีขึ้น

เพราะฉะนั้นคราวนี้ แม้แกจะอ้างเหตุผลใด ๆ ก็ไม่สามารถที่จะทำให้ใจอ่อนลงได้เพราะตั้งใจแน่วแน่แล้ว จึงฟังแกพูดพอเป็นพิธีด้วยความอดทน โดยไม่ใส่ใจว่าจะเท็จประการใด หมดความเชื่อถือในตัวแกเสียแล้ว เมื่อแกอ้างเหตุผลอ้อนวอนขอให้เห็นใจช่วยเหลือแล้ว แกก็คอยฟังคำตัดสินใจตอบจากพี่

พี่จึงกล่าวขึ้นช้า ๆ อย่างหนักแน่นว่า “เมื่อคราวก่อนคุณก็มาแต่เช้าตรู่ให้เด็กปลุกผม โดยอ้างเหตุผลการป่วยของคุณแม่ของคุณขึ้นบังหน้า ผมก็ได้ให้เงินจำนวนที่คุณต้องการไป แต่ว่า **พระไม่เข้าข้างคนผิด ความจริงย่อมหนีความจริงไม่พ้น** บังเอิญผมได้เข้าไปในสถานที่แห่งหนึ่งก็เห็นชายคนหนึ่งเดินโซเซมากับผู้หญิงคนหนึ่งเข้ามาในสถานที่นั้น เมื่อผมเห็นชายผู้นั้นก็จำได้ จึงตัดสินใจแต่นั้นมาว่า ผมจะไม่ยอมฟังเหตุผล และช่วยเหลือต่อไปอีกเป็นอันขาด ชายผู้นั้น คือ คุณนั่นเอง ผมจำได้ดี ตาไม่ฝาด ผมพูดเป็นคำขาด คุณไม่ต้องเสียเวลาอ้อนวอน เพราะครั้งก่อนผมก็ช่วยเหลือคุณโดยไม่ต้องให้คุณอ้อนวอนหรือพูดอะไรมาก แต่ครั้งนี้คุณจะพูดอะไรก็ไม่สำเร็จอย่าเสียเวลาเลย ผมรู้สึกว่าเป็นการช่วยเหลือให้คุณทำชั่วมากขึ้น เมาจนทรงตัวแทบไม่ไหว เสียใจที่ตั้งใจจะทำให้คุณดีแต่เกิดโทษ และกลับเป็นการสร้างบาปแก่ตัวคุณเอง

เมื่อพี่กล่าวจบ แกตกตะลึง เพราะไม่นึกว่าพี่จะรู้ความเป็นไปของแกเช่นนี้ แกพยายามอ้อนวอนบอกว่าคราวนี้เป็นความจริงจะขอสาบานต่อหน้าพระ อ้อนวอนจนอ่อนใจถึงกับร้องไห้ พี่ใจแข็งเสียแล้ว เมื่อแกเห็นหมดหวังจริง ๆ จึงเดินซึมออกจากบ้านไป

ต่อมาไม่นาน เช้าวันหนึ่ง พี่ได้ฟังวิทยุกระจายเสียงบริการตอนเช้าออกอากาศว่ามารดาของแกถึงแก่กรรมเสียแล้วที่ต่างจังหวัด และวิทยุสถานีนั้นได้ช่วยประกาศหาตัวแกเพราะญาติทางต่างจังหวัดขอร้อง เพื่อให้กลับไปบ้าน ไปจัดการศพมารดา เช้านั้น พี่เศร้าใจที่สุด และอดตั้งคำถามตัวเองไม่ได้ว่า “ใครผิด”

ข้าพเจ้าอดไม่ได้จึงพูดขึ้นว่า “คุณพี่ไม่ใช่คนผิด ไม่มีใครอยากจะถูกหลอกเป็นครั้งที่ 2 ทั้งที่ได้ถูกหลอกมาแล้ว ถึงใคร ๆ ตลอดทั้งตัวผม ถ้าโดนเข้าเช่นนี้ก็ต้องทำใจแข็งเช่นเดียวกัน นี่ก็เพราะกรรมชั่วที่แกได้สร้างไว้ตามสนองให้ทันตาเห็น”

คุณพี่พยักหน้าแล้วพูดช้า ๆ ว่า “ที่เธอพูดก็ถูก แต่พี่ก็อดเศร้าใจไม่ได้ในความประพฤติชั่วของชายผู้นั้น ที่ทำให้แม่ผู้ไม่รู้เรื่องต้องรับบาปไปด้วย”

ข้าพเจ้าจึงพูดขึ้นว่า “เรื่องเช่นนี้ก็เคยโดนมาเหมือนกัน แต่ก็ไม่แน่ใจว่าจะเป็นคนเดียวกันหรือไม่”

คือเช้าตรู่วันหนึ่ง เด็กเข้ามาปลุกผมบอกว่ามีคนมาขอพบด่วน แบบเดียวกับคุณพี่ เมื่อผมออกมาพบปรากฏว่าผมไม่เคยรู้จักชายผู้นี้มาก่อนเลย นึกเท่าใดก็นึกไม่ออก

ชายผู้นั้นบอกว่า "จะขึ้นรถไฟเยี่ยมมารดาป่วยที่ต่างจังหวัด เงินไม่พอจึงมาขอความช่วยเหลือ" ผมมองเห็นสภาพก็รู้ว่าแกยังไม่สร่างเมา เพราะมีกลิ่นเหล้าฟุ้งระคนกับคำพูดออกทางปาก ผมรู้สึกสมเพชคนชนิดนี้มาก นึกขำในใจว่าแกปลุกเราลุกขึ้นมาแต่เช้าตรู่เพื่อจะมาต้มมายำ ผมเบื่อจะมาพูดกับคนเมาแบบนี้ จึงมอบเงินสิบบาทซื้อความรำคาญให้แกออกจากบ้านไป ผมคิดว่าคงจะมีผู้โดนเข้าทำนองเดียวกันนี้ไม่น้อย เช่นผมกับคุณพี่ไม่น่าจะพบเหตุการณ์คล้ายกันเช่นนี้ คิดว่าคงจะเป็นประโยชน์ทำให้น่าคิด



กรวดน้ำ–คำกลอน

ข้าพเจ้าขอตั้งจิตอุทิศผล
แห่งกุศลที่ได้สร้างในครั้งนี้
แด่มารดร–บิดา บุพพการี
ทั้งญาติมิตรจงยินดีมารับไป

น้อมอุทิศแด่คุณครูผู้ประเสริฐ
อีกศัตรูผู้ก่อเกิดความทุกข์ให้
สัตว์ทั้งหลายที่ลำบากทั้งกาย–ใจ
ข้าพเจ้าขอมอบให้ในผลบุญ

ขอเจ้ากรรม-นายเวรจงมีส่วน
บรรดาเทพซึ่งล้วนคอยเกื้อหนุน
สรุปรวม "ผู้คิดร้าย" และ "มีคุณ"
จงได้ "ผลแห่งบุญ" ทุกท่านเทอญ......

พูลศรี เจริญพงษ์





ห้างหุ้นส่วนจำกัด
อรุณการพิมพ์

457/6-7 ถนนพระสุเมรุ ต.บวรนิเวศ อ.พระนคร กทม.
โทร. 2816533, 2820565